



会館だより 7月号

発行日／令和8年（2026年）6月25日（木）

発行／練馬区立厚生文化会館 練馬区練馬4-2-3 電話3991-3080

第40回けやきまつりの開催日が決まりました！

令和8年11月15日（日）10:00～15:00です。

内容の詳細は、今後のけやきまつり実行委員会で検討されますので
「会館だより」紙面にてお知らせいたします。

♣ 休室のおしらせ

7月20日（月）は「海の日」（祝日）のため、児童室、学童クラブ、
敬老室はお休みします。

熱

中

症

にご注意を！

エアコンを
活用する



こまめに水分・塩
分を補給する



部屋の温度を
確認する



28℃を超えないように調
整しましょう

炎天下の作業
・運動を控える



クーリングスポット（涼みどころ）として、ロビーを開放しています。
外出時に暑さを感じた際に冷房の効いた室内で一時的に休憩できます。（定員あり）

敬老室行事「七夕の集い」7月2日（木）午後2時00分～

出演者の受付は終了しました。

観覧の受付は、当日午後1時30分から行います。

- ・台風の接近による大雨、暴風・強風、雷等の警報が発令された場合、
- ・「熱中症特別警戒アラート」の発表があった場合は、
皆様の安全を優先し中止させていただきますので、ご了承ください。



* 敬老室7月の催し *



◎は体操教室です。初めての方もお気軽にご参加ください。
動きやすい服装で、水分補給の飲み物、タオルをご持参ください。



◎ 太極拳講座 1日(水)、15日(水) 午前10時30分～11時30分

～足腰の筋力をきたえ、転倒防止につながります。

参加者数の増加により、予約制としております。(抽選・定員15名)
(落選された場合、次回優先させていただきます)
詳しくはお問い合わせください。

●申込期間: 1日実施分 ⇒ 6/23(火)締め切り
15日実施分 ⇒ 7/1(水)～7(火)



○ 本人ミーティング 15日(水)午後2時～(①)※視聴覚室

○ 街かどケアカフェ 6日(月)午後2時～(②)※大会議室

①・②のお問合せは、練馬地域包括支援センター ☎ 5984-1706へ

○ 映画会 22日(水) 午後2時～ 作品案内は敬老室に掲示します。

◎ ヨガ体操 23日(木) 午前10時30分～11時30分

～筋力や持久力、バランス能力の低下を予防します。

参加者数の増加により、予約制としております。(抽選・定員17名)
(落選された場合、次回に優先させていただきます)
詳しくはお問い合わせください。

●申込期間: 7/15(水)締め切り



○ 囲碁・将棋 月～土曜日(行事開催日を除く)午前9時～午後5時

☆1日(水)・15日(水)・23日(木)は正午からのご利用となります。20日(月・祝)は休室です。

○ カラオケ開放 火・木・土曜日 午前11時～午後4時30分(行事開催日を除く)

☆23日(木)は正午からのご利用となります。

○ マッサージ機、電位治療器(スカイウェル) 月～土曜日 午前9時～午後5時

☆日・祝はお休みとなります。



令和10年4月から、敬老室は「街かどケアカフェ」と「地域包括支援センター」へ生まれ変わります！令和9年度はそのための工事が予定されています。

【街かどケアカフェ】

高齢者や地域の方が、介護予防を学んだり、健康について相談できる場所です。敬老室で好評の事業も取り入れます！

【地域包括支援センター】

高齢者もそのご家族も、医療や介護、介護予防等の相談ができる相談窓口です。保健師や社会福祉士など専門職が対応します。