

練馬区立

はつらつセンター豊玉 に行ってきました



- ◆日時：2019年3月22日（金）
- ◆見学先；練馬区立はつらつセンター豊玉
練馬区豊玉中3-3-12
- ◆参加者：練馬区まちづくりメンバー11名（事務局含む）



施設長の岩井さんから、センターが毎月発行している「豊晴（ほうせい）だより」をもとにお話を伺い、その後館内を見学しました。高齢者が無料で利用できる区営の施設であることや、気軽に足を運べる雰囲気と余暇を充実させられる設備、健康を保ち生活することの大切さを改めて考えました。地域の施設を知るいい機会となりました。

【運営】 開設から15年、当初から指定管理者として「社会福祉法人奉優会」が携わっています。15名ほどの職員で年末年始を除いたほぼ毎日開設され、仲間づくりのきっかけになるプログラムや健康づくり、趣味・教養、子どもたちも参加する多世代プログラムなど多彩な講座が開催されています。

【利用について】

60歳以上の練馬区民（基本無料）
個人：利用登録する。
団体：10名以上で団体等登録ができる。
現在100団体以上の団体が登録しており、館内には娯楽室、生涯学習室、調理自習室、会議室などがあり、筋トレマシンも利用できます。

カラオケが人気♪



【開催事業】 来館者数 一日にのべ300人！

午後9時30分まで利用できるため、仕事が終わってから来館する方も多くいらっしゃるそうです。見学した日も大勢の方が来館されており、パソコン講座や、カラオケ、体操、サロン等楽しく活動する姿をお見掛けしました。そのほかに、映画会や健康チェック、お風呂なども行っています。併設のカフェでは、食事と会話を楽しみながら大勢の方が賑やかにいきいきと過ごされていました。



「映画会」



「体力測定」



「ひばりエクササイズ」
美空ひばり等の曲に合わせてエクササイズ！

【サロン事業】

現在4つのサロンが開催されています。リユース食器を使用し練馬区産野菜の提供協力のある交流食堂「じゅげむ」はだれでも参加できる多世代交流の場になっています。その他、レクリエーション、買い物から調理・食事までのサロン等があります。



【練馬区との連携事業】

- ◆筋力向上トレーニング（区開催）
- ◆生きがいデイサービス
介護保険を利用するほどでもないけれど、体力向上を必要とされる方、介護予防や生活支援として通っています。送迎はありません。



毎日開催「ルフラン体操」毎日するのがいいです♪