



3月スケジュール

大泉北敬老館



日	月	火	水	木	金	土 カラオケお休み
1	2	3	4	5	6	7
休館日	スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00	水彩色鉛筆で塗り絵① 10:00~11:30	ギターに合わせて歌おう 10:30~11:30	やさしい折紙① 10:00~11:30 やさしい折紙② 13:30~15:00	書道教室 10:00~11:30	東京都スマホ相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00
	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	
8	9	10	11	12	13	14
休館日	輪投げを楽しもう 10:30~11:30 絵手紙教室 13:30~15:00	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 健康相談 10:00~11:00	館内装飾 お手伝い隊① 10:00~11:30	練馬健康 いきいき体操① 10:00~11:00 利用者懇談会 11:10~11:50	水彩色鉛筆で塗り絵② 10:00~11:30	声活 13:30~14:30
		カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30
15	16	17	18	19	20	21
休館日	たのしく作ろう① 10:00~11:30 たのしく作ろう② 13:30~15:00	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35	百人一首を楽しみましょう 13:30~14:45	団体使用 9:00~12:00 オンライン フレイル予防講座 14:30~15:30	休館日 春分の日	お便り発行 レクダンス 13:30~15:00
		カラオケ 13:00~16:00				
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30		
22	23	24	25	26	27	28
休館日	館内装飾 お手伝い隊② 10:00~11:30	洋楽フィットネス 13:30~14:15	初心者スマホ教室 9:30~11:00	練馬健康 いきいき体操② 10:00~11:00	骨盤ストレッチ 10:00~11:00 抽選結果発表	映画会 9:30~11:30 ゲームを楽しもう 13:30~14:30
	カラオケ 13:00~16:00		カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	
29	30	31	<div style="text-align: center;">  <h3>4月の事業お申し込み</h3> <p>3月23日(月)~3月25日(水) 電話申し込み:25日(水) 抽選結果発表:27日(金)</p>  </div>			
休館日	ポッチャを楽しもう(交流会) 13:30~14:40	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35				
	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00				
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30				

★練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用になれます。

ご利用に際しては、「利用証」が必要となります。

利用証の発行には、保険証・免許証等の身分証明書と緊急連絡先の住所・電話番号が必要です。

開館時間：月～土 9時～17時（日曜日・祝日は休館。ただし、敬老の日は開館）

※カラオケ：13時～16時、囲碁・将棋：12時～16時30分、開催日は上記カレンダーを参照下さい