

日		月	火	水	木	金	土
1		2	3	4	5	6	7
休館	午前	にこやか体操 NEW 脳トレ 笑タイム	川柳道場	シニア・ヨガ	コア・ エクササイズ 【都】スマホ 相談会	健康 いきいき体操 	合唱 カラオケ横丁 
	午後			知って得する スマホ教室	レクダンス	【都】スマホ 教室①	ポッチャ交流会
8		9	10	11	12	13	14
休館	午前	にこやか体操	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	ねりま ゆるらく体操	いいききライフイベント みんなで学ぼう・健康・防災・安心講座 薬と健康について 講師 練馬区薬剤師会 副会長 會田氏 	
	午後			【都】スマホ 教室②	レクダンス		
15		16	17	18	19	20	21
休館	午前	にこやか体操	わくわく絵本 大人も楽しめる絵本の会、 事業名を変更しました	シニア・ヨガ	わくわく カレンダー	コア・ エクササイズ	健康 いきいき体操
	午後	【都】スマホ 教室③	ゲームに トライ		フレイル予防 オンライン講座		【都】スマホ 教室④
22		23	24	25	26	27	28
休館	午前	にこやか体操 & 健康相談	骨盤 ストレッチ	フラダンス クラブ	ねりま ゆるらく体操	今月のつくって みよう	水彩色えんぴつ クラブ
	午後	【館】スマホ 相談会	認知症サポーター 養成講座 	いいききライフイベント みんなで学ぼう・健康・防災・安心講座		今月のつくって みよう	合唱カラオケ横丁 ～リクエストday～
29		30	◆ご利用の際は 次のことをご協力ください◆ ①手洗い、手指消毒。 ②30分に1回、部屋の換気。 ③お飲み物はご持参ください。 ●団体受付は毎月1日9:30 ～ ●囲碁将棋は営業日の 13:00 ～17:00 		7月の事業申込 について 【先着申込日】 6月21日(土) 9:00～ 電話受付は 13:00～	いいききライフイベント ～みんなで学ぶ・健康・防災・安心講座～ * 13日(金)「薬と健康について」 共催 練馬区薬剤師会 薬のリスクと正しい使用方法や災害時に 困らない薬の管理など * 14日(土)起震車体験交流会 みんなで防災について学ぼう 共催 温水プール・児童館 能登半島地震、体験者からのお話しなど * 24日(火)認知症サポーター養成講座 & N-impro体験会 「認知症になってもやさしい地域づくり」 共催 石神井地域包括支援センター	
休館	午前	にこやか体操					
	午後						