

日	月	火	水	木	金	土	
		1カラオケ休み	2	3カラオケ休み	4カラオケ休み	5	
休館日	娯楽室	健康いきいき体操 9:30~10:30 さわやか健康体操 13:00~14:15	スマホPC相談会 10:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	団体(一新長寿会) 9:15~12:15 館長の体操 13:30~14:30	楽しくリズム体操 10:00~11:00 レクダンス 13:30~15:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	
	多目的室			いきデイ	団体(なんの会) 9:00~12:00 団体(一新輪投) 13:00~16:30	団体(ニコニコ会) 13:00~16:30	
6	7カラオケ休み	8カラオケ休み	9	10	11カラオケ休み	12	
休館日	娯楽室	思い出の歌体操 9:00~12:00 骨盤ストレッチ 13:30~14:30	健康いきいき体操 9:30~10:30 ものづくり教室 13:30~15:00	水彩色鉛筆 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00	団体(睦会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	山の目	遊び隊 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00
	多目的室		てっだい隊 10:30~12:00 団体(一新麻雀) 13:00~16:30		いきデイ		
13	14	15カラオケ休み	16	17カラオケ休み	18カラオケ休み	19	
休館日	娯楽室	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:30~10:30 さわやか健康体操 13:00~14:15	ものづくり教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00	団体(木曜会) 9:00~12:00 理学療法士講座 14:30~15:30	折紙教室 10:00~11:30 レクダンス 13:30~15:00	ワークショップ 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
	多目的室		健康相談 10:30~11:30			団体(なんの会) 9:00~12:00 団体(一新輪投) 13:00~16:30	団体(ニコニコ会) 13:00~16:30
20	21カラオケ休み	22カラオケ休み	23カラオケ休み	24カラオケ休み	25カラオケ休み	26	
休館日	娯楽室	絵手紙 10:00~11:30 水彩色鉛筆 13:30~15:00	健康いきいき体操 9:30~10:30 絵手紙 13:30~15:00	映画の会 10:00~12:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 (AS)スマホ教室 13:00~15:00	フラダンス教室 9:30~12:00 (都)スマホ相談会 13:00~16:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
	多目的室		てっだい隊 10:30~12:00 団体(一新麻雀) 13:00~16:30		いきデイ	書道 10:00~11:30	
27	28カラオケ休み	29カラオケ休み	30カラオケ休み	31	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>9月の事業の申し込み は 8/21~/23です。 抽選日は8/24です。</p>  </div>		
休館日	娯楽室	骨盤ストレッチ 10:00~11:00 折紙教室 13:30~15:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 さわやか健康体操 13:00~14:15	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00			
	多目的室			いきデイ			

※敬老館は、憩いと交流の場と皆様の健康づくり、趣味活動などを支援する施設です。  
 ※利用できる方・・・60歳以上で練馬区在住の方  
 ※利用に必要なもの・・・「敬老館」または「はつらつセンター」が発行した利用証が必要になります。利用証は、「敬老館」または「はつらつセンター」窓口で利用申請書に記入、提出していただきますと発行されます。その際、健康保険証や運転免許証などの公的な本人確認書類と、緊急時に連絡がとれる方のお名前、ご住所と電話番号が必要になります。来館時には毎回利用証をお持ち下さい。  
 ※スケジュールは変更になる場合があります。

- 大泉学園駅～みどりバス大泉ルート「大泉第三小学校」下車徒歩7分
- 大泉学園駅北口福祉センター行もしくは新座営業所行「大泉第三小学校」下車徒歩7分
- 保谷駅～光が丘駅行「大泉第三小学校」下車徒歩7分

