


# 10月スケジュール

# 東大泉敬老館

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
 erima 社会福祉事業団	健康 いきいき体操 10:30~11:30	スマイル体操 10:30~11:00	東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45	団体利用 9:00~14:00 【雀の会】	練馬区健康 いきいき体操 10:00~11:00	初級マージャン クラブ 9:30~11:45
	団体申込日	(振替) エンディング ノートセミナーと 血管年齢測定会 14:00~16:00	やさしい体操 13:30~ eスポーツにトライ 14:00~15:00	共同作品作り 13:30~	わなげスポーツ 14:00~15:00	やさしい体操 13:30~ 13:45~
8	9	10	11	12	13	14
 erima 社会福祉事業団  <b>休館</b>	<b>休館</b> スポーツの 日	スマイル体操 10:30~11:00 健康相談会 11:00~11:30 eスポーツに トライ 14:00~15:00	東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45	団体利用 9:00~14:00 【三四会】	ロビー 折紙交流会 10:00~11:00	ぬりえに チャレンジ 10:00~11:30
		やさしい体操 13:30~ 13:45~	やさしい体操 14:00~15:00	わなげスポーツ 14:00~15:00	やさしい体操 13:30~ 13:45~	
15	16	17	18	19	20	21
 erima 社会福祉事業団  <b>休館</b>	書道教室 10:00~11:30	絵手紙入門 10:00~11:30	東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45	団体利用 9:00~14:00 【楽友会】	初級マージャン クラブ 9:30~11:45	元気に 60分体操 10:30~11:30
	健康 いきいき体操 13:30~14:30	みんなで体操 13:30~14:00	やさしい体操 13:30~ 13:45~	自・スマホ相談会 10:00~12:00 フレイル予防講座 14:30~15:30	介護予防 フィットネス 14:00~15:00	やさしい体操 13:30~ 13:45~
22	23	24	25	26	27	28
 erima 社会福祉事業団  <b>休館</b>	書道教室 10:00~11:30	スマイル体操 10:30~11:00	東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45	団体利用 9:00~14:00 【あすなる会】	元気に 60分体操 10:30~11:30	都・スマホ体験会 9:30~12:30
	洋楽ピクス 13:30~14:15	自・スマホ教室 13:30~15:30	やさしい体操 13:30~ 13:45~	都・スマホ相談会 13:00~16:00	やさしい体操 13:30~ 13:45~	
29	30	31				
 erima 社会福祉事業団  <b>休館</b>	物作り教室 9:30~11:30	うた体操 10:30~11:15	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #e0ffe0;">           ※各事業は事前申込みや、当日先着順受付            けなどがあります。            ご不明点等は電話や事務所受付けで、ご確            認ください。         </div>			
	物作り教室 13:30~15:30	共同作品作り 13:30~				


 開館時間：月～土 9：00～17：00（日・祝日は休み。但し敬老の日は開館）  
 ★カラオケ：9：00～16：30（午前・午後の入替え制 12：00～13：00は昼休み）  
 ☆土曜日は「ノーカラオケデー」、カラオケはお休みです。  
 ☆木曜日の団体利用時もカラオケはお休みとなります。  
 ※事業実施、団体利用等でお部屋を使用する場合は、決定次第館内に掲示します。  
 ご確認ください。