



10月カレンダー2025 はつらつ大泉便り

日	月	火	水	木	金	土
重要! お知らせ 電気工事に伴う 開館時間の短縮について 日時 令和7年10月29日(水) 9:00～12:00(3時間のみ開館です) 午後が休館になりますので 予めご了承のほどお願いいたします。			1	2	3	4
			はつらつ体操 ・9:30～・10:30～			はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
			団体抽選 申込み開始	事業抽選 申込み締切		
5	6	7	8	9	10	11
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	ミュージカル ピクス ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ わくわく絵本 ・11:10～	げんきUP体操 ①10:30～	テレビゲームで ボウリング ① 9:30～ ②10:45～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ 水彩ぬり絵 ・10:00～
事業抽選 結果発表		団体抽選 申込み締切	椅子ヨガ ①13:30～ はつらつ街かどピアノ ①15:00～②17:30～	パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～	団体抽選 結果発表	
12	13	14	15	16	17	18
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ 健康麻雀 初心者教室 ・10:00～	スマホ教室 ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ ナンプレ 解き方講座 ・10:30～	理学療法士が 伝える! 介護予防・ フレイル 予防講座! 第5回 特別講座 ・13:30～	おりがみ教室 ①10:00～ ②13:30～ 健やか ストレッチ ①13:30～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ (都)スマートフォン 相談会 ・9:15～
19	20	21	22	23	24	25
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ ランチ クッキング ・10:00～	手工芸教室 ①10:00～ ②13:30～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ ヘルシーフラダンス ・13:00～ 椅子ヨガ ②14:45～ はつらつ 街かどピアノ ①15:00～ ②17:30～	健やかストレッチ ②10:00～ パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～ げんきUP体操 ②13:30～	かぎ編み教室 ・10:00～ 絵てがみ教室 ・14:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ 書道教室 ・10:00～
館内清掃 17時閉館						
26	27	28	29	30	31	
音楽演奏会 ロータス コンサート ・14:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ 認知症 サポーター養成 & ニプロ講座 ・10:15～ レクスポ教室 ダーツ ・14:00～	カレンダー作り ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～ 【開館時間】 9:00～ 12:00 電気工事のため 午後休館	映画会 ・17:30～	映画会 ・9:30～	下のQRコードは、 はつらつセンター 大泉のホームペー ジにつながります。 ご利用ください!