



5月カレンダー2025

はつらつ大泉便り

日	月	火	水	木	金	土
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！ 	HCO さくら 草取りと茶話会 募集中! 日程：5月21日(水) 10:10～12:00 ※看護学生さんと一緒に草取りをした後、懇談会を しましょう！ ■会場：集会室 ■持物：飲物、帽子、軍手、タオル ボランティアに興味がある方、ぜひ受付ま でお声掛けください！ 			1 ☀️	2 ☀️	3
				団体抽選 申込み開始	事業抽選 申込み締切	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
4	5 ☀️	6 ☀️	7	8 ☀️	9 ☀️	10
	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～	げんきUP体操 ①10:30～ 		はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
				パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～ 		水彩ぬり絵 ・10:00～ 
	事業抽選 結果発表		団体抽選 申込み締切			団体抽選 結果発表
11	12 ☀️	13 ☀️	14	15 ☀️	16 ☀️	17
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	スマホ教室 ・10:00～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	理学療法士が 伝える！ 介護予防・ フレイル 予防講座！ 第2回 股・膝関節痛予防 ・14:30～ 	おしゃべり サロン ・10:30～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
	健やか ストレッチ ①13:30～ 		はつらつ手作り塾 ・10:15～ 		心と脳も愉快的な ゆるるんあ～と ・14:00～ 	
	健康麻雀 初心者教室 ・10:00～ 		わくわく絵本 ・11:10～ 			
			椅子ヨガ ①13:30～ 			
			はつらつ街かどピアノ ①15:00～②17:30～ 			
18	19 ☀️	20 ☀️	21	22 ☀️	23 ☀️	24
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	カレンダー作り ・10:00～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	健やかストレッチ ②10:00～ 	絵てがみ教室 ・14:00～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
	ランチ クッキング ・10:00～ 		HCOさくら はつらつクリーン隊 ☆草取りと 茶話会 ・10:10～ 	パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～ 		書道教室 ・10:00～ 
館内清掃 17時閉館	レクスポ教室 囲碁ボール ・14:00～ 			げんきUP体操 ②13:30～ 		
25	26 ☀️	27 ☀️	28	29 ☀️	30 ☀️	31
	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	手工芸教室 ①10:00～ ②13:30～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	テレビゲームで ボウリング ① 9:30～ ②10:45～ 	映画会 ・9:30～ 	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
			セーフティー教室 ・10:10～ 			音楽演奏会 だいこんプラス ・10:30～ 
			ヘルシーフラダンス ・13:00～ 	映画会 ・17:30～ 		
			椅子ヨガ ②14:45～ 			
			はつらつ街かどピアノ ①15:00～②17:30～ 			