

1月

スケジュール

大泉北敬老館



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 カラオケお休み
	休館日	休館日	休館日	にこにこ健康体操 10:00~10:40 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	水彩色鉛筆で塗り絵 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	ポッチャを楽しもう 10:30~11:30 レクダンス 13:30~15:00
7	8	9	10	11	12	13
休館日	成人の日	リズムでダンス 10:00~11:00 (区) スマホ教室 14:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	ギターに合わせて歌おう 10:30~11:30 絵手紙教室 13:30~15:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 血管年齢測定会 健康相談会 9:30~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	骨盤ストレッチ 10:00~11:00 輪投げを楽しもう 13:30~14:30 囲碁・将棋 12:00~16:30	練馬健康 いきいき体操 10:00~11:00
14	15	16	17	18	19	20
休館日	スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 水彩色鉛筆で塗り絵 13:30~15:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	リズムでダンス 10:00~11:00 (区) スマホ教室 14:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	たのしく作ろう ①10:00~11:30 ②13:30~15:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 オンラインプレイ 予防事業 14:30~15:30 囲碁・将棋 12:00~16:30	書道教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	(都) スマホ相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00
21	22	23	24	25	26	27
休館日	練馬健康 いきいき体操 10:00~11:15 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	リズムでダンス 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	(区) スマホ教室 10:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	初心者スマホ教室 13:30~15:30 抽選結果発表 囲碁・将棋 12:00~16:30	映画会 9:30~11:30 ゲームを楽しもう 13:30~14:30
28	29	30	31	<p>明けましておめでとうございます。 今年も皆様が安心して楽しく過ごせる敬老館を目指してまいります。 12月29日~1月3日は休館いたします。 1月4日(木)より開館いたします。</p>		
休館日	 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	やさしい折紙 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	(区) スマホ教室 10:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30			

★練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用になれます。
 ※ご利用に際しては、「利用証」が必要となります。
 ※利用証の発行には、保険証・免許証等の身分証明書と緊急連絡先の住所・電話番号が必要です。
 開館時間：月~土 9時~17時 (日曜日・祝日は休館。ただし、敬老の日は開館)
 ☆カラオケ：13時~16時(上記カレンダー参照)
 ☆囲碁・将棋：12時~16時30分(上記カレンダー参照)