



9 月

スケジュール

大泉北敬老館



日	月	火	水	木	金	土 カラオケお休み
	1	2	3	4	5	6
休館日	スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 健康相談 10:10~11:00		やさしい折紙 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	水彩色鉛筆で塗り絵① 10:00~11:30	東京都 スマホ教室① 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00
	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00		カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	
7	8	9	10	11	12	13
休館日	水彩色鉛筆で塗り絵② 10:00~11:30	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35	館内装飾 お手伝い隊① 10:30~11:30 ゲームを 楽しもう 13:30~14:30	練馬健康 いきいき体操① 10:00~11:00	輪投げを 楽しもう 10:00~11:00	東京都 スマホ教室② 9:30~12:30 敬老の日 イベント準備
	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00		カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	
14	15	16	17	18	19	20
休館日	【敬老の日】 ギターに合わせて 歌おう 10:30~11:30 レクダンス/手話歌 13:30~15:00	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35	声活 (こえかつ) 10:00~11:00	団体使用 9:00~12:00 オンライン フレイル予防講座 14:30~15:30	書道教室 10:00~11:30	東京都 スマホ相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00 ~お便り発行~
		カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00		カラオケ 13:00~16:00	
		囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	
21	22	23	24	25	26	27
休館日	館内装飾 お手伝い隊② 13:30~14:30 10月 抽選 申込	秋分の日 休館日	初心者 スマホ教室 9:30~11:00 絵手紙教室 13:30~15:00 10月 抽選事業 申込期間	練馬健康 いきいき体操② 10:00~11:00	骨盤ストレッチ 10:00~11:00	映画会 9:30~11:30 百人一首を 楽しみましょう! 13:30~14:45 抽選結果発表
				カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	
	囲碁・将棋 12:00~16:30		囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30
28	29	30	練馬区より 講師派遣事業 ☆10月事業お申し込み☆ 9月22日(月)~25日(木) 電話申込は25日(木) 抽選結果発表は27日(土)			
休館日	たのしく作ろう ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	練馬区健康 いきいき体操 10:00~11:00 ポッチャを 楽しもう 13:30~14:30				
	囲碁・将棋 12:00~16:30	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、囲碁・将棋：12時～16時30分、開催日は上記カレンダーを参照下さい

