



2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 | 7 カラオケお休み |
| 休館日 | スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 輪投げを楽しもう 13:30~14:30 | にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 健康相談 10:00~11:00 | みんなで歌おう！ 10:30~11:30 | やさしい折紙① 10:00~11:30 やさしい折紙② 13:30~15:00 | 水彩色鉛筆で 塗り絵① 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 | 東京都スマホ 教室③ 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00 |
| 8 | 9 | 10 | 11 休館日 建国記念の日 | 12 | 13 | 14 |
| 休館日 | 館内装飾お手伝い 隊① 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30 | にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 水彩色鉛筆で 塗り絵② 13:30~15:00 | 練馬健康 いきいき体操① 10:00~11:00 絵手紙教室 13:30~15:00 | 館内装飾お手伝い 隊② 10:00~11:30 ボッチャを 楽しもう 13:30~14:30 | 東京都スマホ 教室④ 9:30~12:30 新春企画 津軽三味線と民謡を 楽しみましょう！ 13:30~14:40 | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 休館日 | たのしく作ろう① 10:00~11:30 たのしく作ろう② 13:30~15:00 | にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30 | 百人一首を 楽しみましょう 10:30~11:45 | 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 お便り発行 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30 | 東京都スマホ 相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00 3月 抽選申込 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休館日 | 休館日 天皇誕生日 | 洋楽フィットネス 13:30~14:15 | 初心者スマホ教室 9:30~11:00 講座 薬と健康 14:00~15:00 | 練馬健康 いきいき体操② 10:00~11:00 抽選結果発表 | 骨盤ストレッチ 10:00~11:00 | 映画会 9:30~11:30 ゲームを楽しもう 13:30~14:30 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

3月の事業お申し込み

2月21日（土）～2月25日（水）

電話申し込み：25日（水） 抽選結果発表：27日（金）



★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