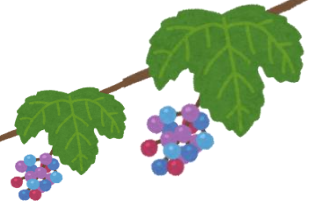
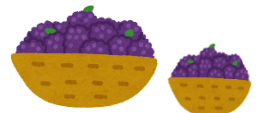




11月カレンダー 大泉北敬老館



日	月	火	水	木	金	土
						カラオケお休み
1	2	3	4	5	6	7
休館日	スマホ相談会 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00	 休館日	館内装飾 お手伝い隊① 10:00～11:30	練馬健康 いきいき体操① 10:00～11:00	やさしい折紙① 10:00～11:30	東京都スマホ フォローアップ 9:30～12:30
	カラオケ 13:00～16:00		カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00	やさしい折紙② 13:30～15:00	フラダンス 13:30～14:00
	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	レクダンス 14:05～15:00
8	9	10	11	12	13	14
休館日	声活（こえかつ） 10:30～11:30	にこにこ健康体操 ① 9:50～10:35 ②10:50～11:35	みんなで歌おう （キーボード） 10:30～11:30	練馬健康 いきいき体操② 10:00～11:00	ねりま お口 すっきり体操 13:30～15:00	水彩色鉛筆で 塗り絵① 10:00～11:30
	ポッチャを 楽しもう 13:30～14:30	健康相談 10:00～11:00	輪投げを 楽しもう 13:30～14:30	絵手紙教室 13:30～15:00		オンライン 【認知症講座】 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		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	囲碁・将棋 12:00～16:30
15	16	17	18	19	20	21
休館日	たのしく作ろう スペシャル① 10:00～11:30	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 10:00～11:30	団体使用 9:00～12:00	書道教室 10:00～11:30	みんなで楽しもう 手話歌・フラダンス レクダンス 10:30～11:45
	たのしく作ろう スペシャル② 13:15～14:45	洋楽フィットネス 13:30～14:15	カラオケ 13:00～16:00	オンライン フレイル予防講座 14:30～15:30	百人一首を 楽しみましょう 13:30～14:45	フラダンス 13:30～14:00
	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	レクダンス 14:05～15:00
						12月 抽選申込
22	23	24	25	26	27	28
休館日	 休館日	練馬健康 いきいき体操③ 13:45～14:45	初心者スマホ教室 9:30～11:00	館内装飾 お手伝い隊② 10:00～11:30	骨盤ストレッチ 10:00～11:00	映画会 9:30～11:30
		12月 抽選事業 申込期間		カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00	抽選結果発表
		囲碁・将棋 12:00～16:30	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	
29	30	 ☆12月事業お申し込み☆ 11月21日（土）～25日（水） 電話申込：25日（水） 抽選結果発表：27日（金） 				
休館日	ゲームを 楽しもう 10:30～11:30					
	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、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