

7月

スケジュール

西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金 カラオケお休み	土	
			1	2	3	4	
休館日	和室 多目的室	「思い出の歌体操」は20分間の動画での体操です。好きな時間に一人でも体操ができるメリットがあります。曲目は「瀬戸の花嫁」「花」など懐かしい歌に合わせて体操を行います。	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 いきデイ	団体(仲良交友会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 骨盤ストレッチ 13:30~14:30 団体(一新輪投) 13:00~16:30	暑中見舞い作り 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 団体(ニコニコ会) 13:00~16:30	
			5	6	7カラオケ休み	8	9
休館日	和室 多目的室	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:10~10:10 さわやか健康体操 13:00~14:15 レクダンス 14:30~16:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 いきデイ	カラオケ 13:00~16:00 団体(あやめ会) 9:00~12:00	フラダンス教室 9:00~12:00 あみもの教室 13:00~16:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
		12	13	14	15	16	17
休館日	和室 多目的室	ものづくり教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:10~10:10 カラオケ 13:00~16:00 団体(一新麻雀) 13:00~16:30	ものづくり教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 いきデイ	団体(睦会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	ヨガ教室 9:30~11:00 思い出の歌体操 13:00~16:00 団体(一新輪投) 13:00~16:30	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 団体(ニコニコ会) 13:00~16:30
		19	20	21カラオケ休み	22	23	24
休館日	和室 多目的室	折紙教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:10~10:10 さわやか健康体操 13:00~14:15 骨盤ストレッチ 14:30~15:30	折紙教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 いきデイ	休館日 (海の日)	休館日 (スポーツの日)	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
		26	27	28	29	30	31
休館日	和室 多目的室	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:10~10:10 カラオケ 13:00~16:00 団体(一新麻雀) 13:00~16:30	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 いきデイ	団体(一新長寿会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	映画の会 10:00~11:30 認知症を学ぼう 13:30~16:00	

開館時間 月曜日~土曜日

午前9時~午後5時(日・祝日は休み。但し敬老の日は開館)



●大泉学園駅~みどりバス大泉ルート

「大泉第三小学校」下車徒歩7分

●大泉学園駅北口①番のりば~福祉センター行もしくは新座営業所行
「大泉第三小学校」下車徒歩7分

●保谷駅~光が丘三小学校」下車徒歩7分

