

# 8月

## スケジュール

## 西大泉敬老館

日	月	火	水	木 お風呂お休み	金 カラオケお休み	土	
休館日	和室	<b>「思い出の歌体操」</b> は昔の懐かしい歌に合わせた体操です。和室が空いている時間は動画を流していますので、申込みなしで好きな時間に自由に参加することができます。一人でもできます(3密にならないので安心です)					<b>1</b> 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
	多目的室	懐かしい歌が流れていますので心も身体も癒されます。 					
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> カラオケ休み	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	
休館日	和室	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	団体(和泉会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	ヨガ教室 9:30~11:00 骨盤ストレッチ 13:30~14:30 団体(なんの会) 9:00~12:00 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
	多目的室						
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	
休館日	和室	休館日 (山の日)	健康いきいき体操 9:10~10:10 ものづくり教室 10:30~12:00 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(仲良交友) 9:00~12:00 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 思い出の歌体操 13:00~16:00	思い出の歌体操 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
	多目的室						
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> カラオケ休み	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	
休館日	和室	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 骨盤ストレッチ 14:30~15:30	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(木曜会) 9:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	ヨガ教室 9:30~11:00 レクダンス 14:30~16:00 団体(なんの会) 9:00~12:00 団体(一新輪投) 13:00~16:30	絵手紙を楽しもう 10:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00
	多目的室						
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	
休館日	和室	折り紙教室 10:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00	健康いきいき体操 9:10~10:10 ものづくり教室 10:30~12:00 カラオケ 13:00~16:00 団体(一新麻雀) 13:00~16:30	折り紙教室 10:00~12:00 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	フラダンス教室 9:00~12:00 思い出の歌体操 13:00~16:00 書道教室 10:00~11:30	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
	多目的室						
<b>30</b>	<b>31</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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</li> <li>●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</li> <li>●保谷駅~光が丘駅行「大泉第三小学校」下車徒歩7分</li> </ul> 					
休館日	和室						
	多目的室						

