

9月スケジュール

スケジュールは変更になる場合があります。

西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金 カラオケお休み	土	
				1	2	3	
休館日	10月の事業の申し込みは9/22～9/26です。抽選日は9/27です。			団体(一新長寿) 9:00～12:00 カラオケ 13:00～16:00 いきデイ	思い出の歌体操 9:00～12:00 レクダンス 13:30～15:00 団体(なんの会) 9:00～12:00 団体(一新長寿) 13:00～16:30	思い出の歌体操 9:00～12:00 カラオケ 13:00～16:00	
				4	5カラオケ休み	6カラオケ休み	7
休館日	多目的室	水彩色鉛筆 10:00～11:30 骨盤ストレッチ 13:30～14:30	健康いきいき体操 9:30～10:30 さわやか健康体操 13:00～14:15	水彩色鉛筆 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00 団体(あやめ会) 13:00～16:00	折紙 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00 いきデイ	フラダンス教室 9:30～12:00 みんなと遊び隊 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00	
		11	12	13	14	15カラオケ休み	16
休館日	多目的室	ものづくり 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00	健康いきいき体操 9:30～10:30 カラオケ 13:00～16:00 団体(一新長寿) 13:00～16:30	ものづくり 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00 書道教室 10:00～11:30	思い出の歌体操 9:00～12:00 理学療法士講座 14:30～15:30 いきデイ	健康測定会 9:30～12:30 レクダンス 13:30～15:00 団体(なんの会) 9:00～12:00 団体(一新長寿) 13:00～16:30	折紙 10:00～11:30 敬老の日準備
		18	19カラオケ休み	20カラオケ休み	21	22	23
休館日	多目的室	敬老の日		健康いきいき体操 9:30～10:30 さわやか健康体操 13:00～14:15 健康相談 10:30～11:30	絵手紙 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00 団体(あやめ会) 9:00～12:00	団体(木曜会) 9:00～12:00 カラオケ 13:00～16:00 いきデイ	秋分の日 休館
		25	26	27	28	29カラオケ休み	30
休館日	多目的室	骨盤ストレッチ 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00	健康いきいき体操 9:30～10:30 カラオケ 13:00～16:00 団体(一新長寿) 13:00～16:30	てっだい隊 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00	団体(睦会) 9:00～12:00 【区】スマホ相談会 13:30～15:00 いきデイ	体操教室 10:30～11:30	

※敬老館は、憩いと交流の場と皆様の健康づくり、趣味活動などを支援する施設です。

※利用できる方・・・60歳以上で練馬区在住の方
 ※利用に必要なもの・・・「敬老館」または「はつらつセンター」が発行した利用証が必要になります。利用証は、「敬老館」または「はつらつセンター」窓口で利用申請書に記入、提出していただきますと発行されます。その際、健康保険証や運転免許証などの公的な本人確認書類と、緊急時に連絡がとれる方のお名前、ご住所と電話番号が必要になります。来館時には毎回利用証をお持ち下さい。

- 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～光が丘駅行「大泉第三小学校」下車徒歩7分

