

# 12月スケジュール

# 西大泉敬老館

日		月	火	水	木	金 <small>カラオケ休み</small>	土	
休館日	多目的室	12月の事業の申し込みは11/22～11/25です。抽選日は11/26です。		年末年始の休館日 12/29(木)～1/3(水)まで R5年は1/4(木)から開館致します。		1	2	3
						思い出の歌体操 9:00～12:00	思い出の歌体操 9:00～12:00	思い出の歌体操 9:00～12:00
						カラオケ 13:00～16:00	レクダンス 13:30～15:00	カラオケ 13:00～16:00
						いきデイ	団体(なんの会) 9:00～12:00	
4	多目的室	5 <small>カラオケ休み</small>	6 <small>カラオケ休み</small>	7	8	9	10	
								思い出の歌体操 9:00～12:00
休館日	多目的室	骨盤ストレッチ 13:30～14:30	さわやか健康体操 13:00～14:15	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00	【都】スマホ相談会 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00	
				団体(あやめ会) 13:00～16:00	いきデイ			
11	多目的室	12 <small>カラオケ休み</small>	13	14 <small>カラオケ休み</small>	15 <small>カラオケ休み</small>	16	17 <small>カラオケ休み</small>	
								映画の会 10:00～12:00
休館日	多目的室	館長の体操教室 13:00～14:00	カラオケ 13:00～16:00	折紙教室 13:30～15:00	理学療法士講座 14:30～15:30	レクダンス 13:30～15:00	年忘れ遊び隊 13:00～14:30	
			健康相談 10:30～11:30		いきデイ	団体(なんの会) 9:00～12:00		
18	多目的室	19 <small>カラオケ休み</small>	20 <small>カラオケ休み</small>	21 <small>カラオケ休み</small>	22	23	24 <small>カラオケ休み</small>	
								折紙教室 10:00～11:30
休館日	多目的室	水彩色鉛筆 13:30～15:00	さわやか健康体操 13:00～14:15	絵手紙教室 13:30～15:00	カラオケ 13:00～16:00	【都】スマホ相談会 13:00～16:00	ものづくり 13:30～15:00	
				団体(あやめ会) 9:00～12:00	いきデイ	書道 10:00～11:30		
25	多目的室	26	27	28 <small>カラオケ休み</small>	29	30	31	
								骨盤ストレッチ 10:00～11:00
休館日	多目的室	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00					
			てつだい隊 10:30～12:00					
			団体(一新麻雀) 13:00～16:30					

※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。  
 ※スケジュールは変更になる場合があります。

- 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

