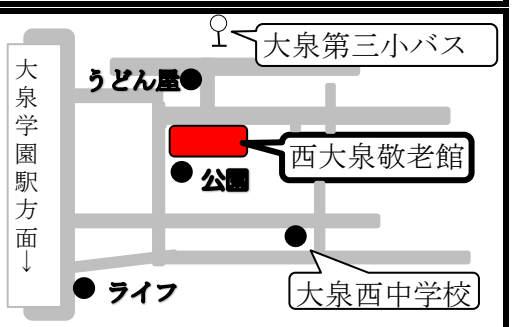
1月 スケジュール　西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金カラオケ休み	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日 娯楽室	休館日	休館日	カラオケ 13:00～16:00	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
休館日 多目的室				いきデイ	団体(なんの会) 9:00～12:00	
					団体(一新輪投) 13:00～16:30	
8	9	10	11カラオケ休み	12カラオケ休み	13	14
休館日 娯楽室	成人の日	健康いきいき体操 9:30～10:30	折紙 10:00～11：30	地域食育講座 10:00～11:00	フラダンス教室 9:30～12:00	新春落語会 10：30～11：30
		カラオケ 13:00～16:00	絵手紙 13:30～15:00	ものつくり 13:30～15:00	【都】スマホ相談会 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00
休館日 多目的室		てつだい隊 10:30～12:00		いきデイ		
		団体(一新麻雀) 13:00～16:30				
15	16カラオケ休み	17カラオケ休み	18	19カラオケ休み	20	21
休館日 娯楽室	水彩色鉛筆 10:00～11:30	健康いきいき体操 9:30～10:30	思い出の歌体操 9:00～12:00	団体(木曜会) 9:00～12:00	ものつくり 10:00～11:30	遊び隊 10:00～11:00
	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	理学療法士講座 14:30～15:30	レクダンス 13:30～15:00	カラオケ 13:00～16:00
休館日 多目的室		健康相談 10:30～11:30		いきデイ	団体(なんの会) 9:00～12:00	
					団体(一新輪投) 13:00～16:30	
22	23カラオケ休み	24カラオケ休み	25	26	27	28カラオケ休み
休館日 娯楽室	骨盤ストレッチ 10:00～11:00	健康いきいき体操 9:30～10:30	思い出の歌体操 9:00～12:00	団体(睦会) 9:00～12:00	フラダンス教室 9:30～12:00	絵手紙 10:00～11:30
	折紙 13:30～15:00	電気設備点検	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	水彩色鉛筆 13:30～15:00
休館日 多目的室		てつだい隊 10:30～12:00		いきデイ	書道 10:00～11:30	
		団体(一新麻雀) 13:00～16:30				
29	30	31カラオケ休み				
休館日 娯楽室	思い出の歌体操 9:00～12:00	健康いきいき体操 9:30～10:30				
	カラオケ 13:00～16:00	さわやか健康体操 13:00～14:15				
休館日 多目的室						

2月の事業の申し込みは1/21～1/24です。
抽選日は1/25です。

※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