

# 令和6年12月スケジュール 西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	
休館日	カラオケ休み	カラオケ休み	カラオケ休み	カラオケ休み	カラオケ休み		
	娯楽室	健康いきいき体操 9:30~10:30	スマホPC相談会 10:00~12:00	団体(一新長寿会) 9:15~12:15		小物づくり 10:00~11:30	
	骨盤ストレッチ 13:30~14:30	イスヨガ 13:30~14:15	ゲームにトライ 14:00~15:30	スマホ教室 14:00~16:00	レクダンス 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00	
	その他				団体(なんの会) 9:00~12:00	団体(ニコニコ会) 13:00~16:30	
8	9	10	11	12	13	14	
休館日	カラオケ休み		カラオケ休み	カラオケ休み	カラオケ休み		
	娯楽室	セーフティ教室 10:00~11:00	健康いきいき体操 9:30~10:30	絵手紙 10:00~11:30	団体(睦会) 9:00~12:00	フラダンス教室 10:00~12:00	映画の会 10:00~12:00
	にこやか体操 13:30~14:30	カラオケ 13:00~16:00	水彩色鉛筆 13:30~15:00	折紙教室 13:30~15:00	リズムでダンス 13:30~14:30	カラオケ 13:00~16:00	
	その他		てっだい隊 10:30~12:00	団体(あやめ会) 9:00~12:00			
15	16	17	18	19	20	21	
休館日	カラオケ休み	カラオケ休み		カラオケ休み	カラオケ休み		
	娯楽室	ものづくり 10:00~11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30		団体(木曜会) 9:00~12:00	折紙教室 10:00~11:30	クリスマス演奏会 10:00~11:00
	絵手紙 13:30~15:00	イスヨガ 13:30~14:15	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	
	その他	(都)スマホ相談会 9:30~12:30	健康相談 10:30~11:30			団体(なんの会) 9:00~12:00	団体(ニコニコ会) 13:00~16:30
22	23	24	25	26	27	28	
休館日					カラオケ休み	カラオケ休み	
	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			フラダンス教室 10:00~12:00	ワークショップ 9:00~12:00
	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00			
	その他		てっだい隊 10:30~12:00	団体(あやめ会) 9:00~12:00		書道 10:00~11:30	
29	30	31	 <b>1月事業 申込期間 12月20日~23日 抽選発表 12月25日</b>			<b>年末年始の休館日</b> 12月29日から1月3日 までお休みです。 1月4日(土)より開館 いたします。	
休館日	休館日	休館日					

※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

