

令和7年11月カレンダー

西大泉敬老館

日		月	火	水	木	金	土
休館日	午前	12月事業 申込期間 11月20日～22日 抽選発表 11月25日 令和7年度利用者懇談会 4日(火)10:30～11:30 ご利用者の皆様から幅広くご意見をいただき、今後のより良い施設運営に役立てることを目的として、利用者懇談会を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。					1
	午後						ボタニカルアート① 10:00～11:30
							カラオケ 13:00～16:00
2		3	4	5	6	7	8
休館日	午前	休館日	健康いきいき体操 9:30～10:30 利用者懇談会 10:30～11:30	スマホPC相談会 10:00～12:00 にしけい 9:30～12:00	団体利用 9:15～12:15	折紙教室 10:00～11:30	ボタニカルアート② 10:00～11:30
	午後			ゲームにトライ 14:00～15:30	絵手紙 13:30～15:00	レクダンス 13:30～15:00	
			カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00
9		10	11	12	13	14	15
休館日	午前	ゆる×らく体操 10:00～11:30	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30～10:30 てつだい隊 10:30～12:00	ものづくり 10:00～11:30	団体利用 9:00～12:00	フラダンス教室 10:00～12:00	絵手紙 10:00～11:30
	午後			折紙教室 13:30～15:00	レクスボ教室 13:30～15:00	スマホ教室 14:00～16:00	
		カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00
16		17	18	19	20	21	22
休館日	午前	(都)スマホ相談会 9:30～12:30 水彩色鉛筆 10:00～11:30	健康いきいき体操 9:30～10:30 健康相談 10:30～11:30	にしけい 9:30～12:00	団体利用 9:00～12:00	シニアごはん 10:00～11:00	
	午後	ゆるっとフィットネス 13:30～14:15 カラオケ 休み	イスヨガ 13:30～14:10 カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00	理学療法士講座 14:30～15:30 カラオケ 休み	レクダンス 13:30～15:00 カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00
23/30		24	25	26	27	28	29
休館日	午前	休館日	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30～10:30 てつだい隊 10:30～12:00	ふりふりグッパ体操 10:00～11:15	団体利用 9:00～12:00	フラダンス教室 10:00～12:00 書道 10:00～11:30	ワークショップ 9:00～12:00
	午後			にこにこ健康体操 13:30～14:10	カラオケ 13:00～16:00	川柳 13:30～15:00 カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00
			カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00

※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

