

令和7年12月カレンダー



西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日	午前	健康いきいき体操 9:30~10:30	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	セーフティ教室 10:00~11:00	楽しく歌おう 10:30~11:30
	午後	骨盤ストレッチ 13:30~14:30 カラオケ 休み	カラオケ 13:00~16:00	ゲームにトライ 14:00~15:30 カラオケ 休み	スマホ教室 14:00~16:00 カラオケ 休み	レクダンス 13:30~15:00 カラオケ 休み
7	8	9	10	11	12	13
休館日	午前	ものづくり 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	折紙教室 10:00~11:30	団体利用 9:00~12:00	フラダンス教室 10:00~12:00 クリスマス演奏会 10:00~11:00
	午後	にこにこ健康体操 13:30~14:10 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 13:00~16:00	レクスボ教室 13:30~15:00 カラオケ 休み
14	15	16	17	18	19	20
休館日	午前	水彩色鉛筆 10:00~11:30 (都)スマホ相談会 9:30~12:30	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	折紙教室 10:00~11:30 絵手紙 10:00~11:30
	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
21	22	23	24	25	26	27
休館日	午前	骨盤ストレッチ 10:00~11:00	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	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	絵手紙 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 13:00~16:00	カラオケ 休み
28	29	30	31	1月事業 申込期間 12月20日~23日 抽選発表 12月25日		
休館日	休館日	休館日	休館日			
	午前			年末年始の休館日 12月28日から1月 4日までお休みです。 1月5日(月)より開 館いたします。		
	午後					

※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

