

# 令和8年2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	午前	絵手紙教室 10:00～11:30	健康いきいき体操 9:30～10:30	スマホPC相談会 10:00～12:00	団体利用 9:15～12:15	レクスボ教室 10:00～11:30	楽しく歌おう 10:30～11:30
			にしけい 10:30～12:00				
	午後	骨盤ストレッチ 13:30～14:30		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 休み	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
8		9	10	11	12	13	14
休館日	午前	小物づくり 10:00～11:30	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30～10:30	休館日	団体利用 9:00～12:30	フラダンス教室 10:00～12:00	ものづくり 10:00～11:30
			てつだい隊 10:30～12:00				
	午後				にこにこ健康体操 13:30～14:10	絵手紙 13:30～15:00	
		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 13:00～16:00
15		16	17	18	19	20	21
休館日	午前	カラオケ 休み					
		折紙教室 10:00～11:30	健康いきいき体操 9:30～10:30	卒園を祝う会 10:00～11:30	団体利用 9:00～12:00	水彩色鉛筆 10:00～11:30	
	(都)スマホ相談会 9:30～12:30	健康相談 10:30～11:30					
	午後	ゆるっとフィットネス 13:30～14:15	イスヨガ 13:30～14:10		理学療法士講座 14:30～15:30	レクダンス 13:30～15:00	
にしけい 14:30～16:00		カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 13:00～16:00	
22		23	24	25	26	27	28
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	カーレット 10:00～11:30	団体利用 9:00～12:00	フラダンス教室 10:00～12:00	ワークショップ 9:00～12:00
	てつだい隊 10:30～12:00				書道 10:00～11:30		
				折紙教室 13:30～15:00			
午後		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 13:00～16:00	
休館日	午前	<div>3月事業 申込期間 2月20日～24日 抽選発表 2月26日</div>					
	午後						

作品展

はつらつセンター大泉作品展のご案内  
3月14日(土)と15日(日)に開催します。  
西大泉敬老館の事業で皆さんが作成した作品(ものづくり・折り紙・水彩色鉛筆・書道・絵手紙)が飾られます。  
他の施設の作品も一同に展示されますので、ぜひ!鑑賞にお出かけください。

※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

