

令和8年4月カレンダー

西大泉敬老館

日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4		
休館日	午前		スマホPC相談会 10:00-12:00					
	午後		ゲームにトライ 14:00~15:30	スマホ教室 14:00-16:00				
	カラオケ 休み		カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 休み			
5	6	7	8	9	10	11		
休館日	午前							
	午後	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		
12	13	14	15	16	17	18		
休館日	午前		食のほっとサロン		カラオケ 休み			
		水彩色鉛筆 10:00~11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30	団体利用 9:00~12:00	折紙教室 10:00~11:30	楽しく歌おう 10:30~11:30		
	午後		てつだい隊 10:30-12:00					
		にこにこ健康体操 13:30~14:10	カラオケ 13:00~16:00	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 休み		カラオケ 休み	にしけい 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00			
19	20	21	22	23	24	25		
休館日	午前		ものづくり 10:00-11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30	絵手紙 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
				健康相談10:30~11:30 にしけい10:30~12:00				書道 10:00~11:30
	午後		ゆるっとフィットネス 13:30~14:15		絵手紙 13:30~15:00		レクスボ教室 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 13:00~16:00	カラオケ 休み	カラオケ 13:00~16:00	
26	27	28	29	30	<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #e0ffe0;"> <p style="text-align: center;">5月事業 申込期間 4月20日~22日 抽選発表 4月24日</p> </div>			
休館日	午前		食のほっとサロン	休館日				
		骨盤ストレッチ 10:00~11:00	健康いきいき体操 9:30~10:30					
午後		ボランティア懇談会 10:30~11:30						
	折紙教室 13:30~15:00		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
- 保谷駅～光が丘駅行「大泉第三小学校」下車徒歩7分

