

# 令和8年7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	7月事業 申込期間 6月20日~23日 抽選発表 6月25日		スマホPC相談会 10:00~12:00	団体利用 9:15~12:15	にしけい 9:30~12:00		
							
			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 休み	カラオケ 休み	カラオケ 13:00~16:00	
5	6	7	8	9	10	11	
休館日	午前	あみものクラブ 10:00~11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30	ものづくり 10:00~11:30	団体利用 9:00~12:30	フラダンス教室 10:00~12:00	
			にしけい 10:30~12:00				
					にこにこ健康体操 13:30~14:10		
		午後	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	カラオケ 休み
12	13	14	15	16	17	18	
休館日	午前	水彩色鉛筆 10:00~11:30	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30~10:30		団体利用 9:00~12:00	レクスボ教室 10:00~11:00	
			健康相談会 10:30~11:30				
			てつだい隊 10:30~12:00			レクダンス 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 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 休み
19	20	21	22	23	24	25	
休館日	午前	休館日	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
						書道 10:00~11:30	
				絵手紙 13:30~15:00			
			午後	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
26	27	28	29	30	31		
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	カーレット体験 10:00~11:00	折紙教室 10:00~11:30		
			てつだい隊 10:30~12:00				
					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 13:00~16:00	カラオケ 休み	

※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

