令和8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
休館日					ラジオ体操	
		練馬いきいき体操 9:30～10:30 利用者懇談会 10:30～11:30	スマホPC相談会 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00 ゲームにトライ 14:00～15:30	団体利用 9:15～12:15 スマホ教室 14:00～16:00	レクダンス 13:30～15:00	楽しく歌おう 10:30～11:30
		麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00
		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
6	7	8	9	10	11	12
休館日						
	カーレットを楽しもう 10:00～11:30 骨盤ストレッチ 13:30～14:30	練馬いきいき体操 9:30～10:30 てつだい隊 10:30～11:30	折紙教室 ①10:00～11:30 ②13:30～15:00	団体利用 9:00～12:30 にこにこ健康体操 13:30～14:10	フラダンス教室 10:00～12:00	クリスマス演奏会 10:00～11:00
	麻雀開放休み	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放休み
	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	カラオケ 13:00～16:00
13	14	15	16	17	18	19
休館日	ラジオ体操					ラジオ体操
		練馬いきいき体操 9:30～10:30 健康相談会 10:30～11:30	ものづくり 10:00～11:30 レクスポ 13:30～15:00	団体利用 9:00～12:00 理学療法士講座 14:30～15:30	水彩色鉛筆で 塗り絵 10:00～11:30 レクダンス 13:30～15:00	にしけい 9:30～11:30 あみものクラブ 10:00～11:30
	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00
	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
20	21	22	23	24	25	26
休館日			ラジオ体操			ラジオ体操
	絵手紙を楽しもう 10:00～11:30 ゆるっとフィットネス 13:30～14:15 にしけい 14:30～15:30	健康いきいき体操 9:30～10:30 てつだい隊 10:30～11:30 絵手紙を楽しもう 13:30～15:00		書道教室 10:00～11:30	フラダンス教室 10:00～12:00	ワークショップ 9:00～11:30
	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00	麻雀開放 9:00～12:00
	カラオケ 休み	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 13:00～16:00
27	28	29	30	31		
休館日		休館日	休館日	休館日	 1月事業 申込期間 12月21日～23日 抽選発表 12月25日	
	骨盤ストレッチ 10:00～11:00					
	麻雀開放 9:00～12:00					
	カラオケ 休み					

●練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用になれます。
※ご利用の際には「利用証」が必要です。
※利用証の発行には、マイナンバーカード・免許証等の公的な本人確認書類が必要です。
●開館時間：月曜日～土曜日　9時～17時　　（日曜日・祝日は休館。ただし敬老の日は開館）
●開放事業：○カラオケ開放13時～16時　○麻雀開放9時～12時　（※開放日は上記カレンダー参照　）
　　○囲碁・将棋開放　月曜日～土曜日　12時～17時
　　○ラジオ体操　9時10分～9時40分（※開催日は上記カレンダー参照）