

7月スケジュール

東大泉敬老館

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|--|---|--|--|
| | | | | | | 1 |
|  | | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ※各事業は事前申込みや、当日先着順受けなどがあります。 ご不明点等は電話や事務所受付けで、ご確認ください。 </div> | | | | 七タガーランド作り 9:30~11:30 団体申込日 やさしい体操 13:30~13:45~ |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  休館 | 健康 いきいき体操 10:30~11:30 共同作品作り 13:30~ | スマイル体操 10:30~11:00 eスポーツに トライ 13:30~14:30 | 東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45 やさしい体操 13:30~ 13:45~ | 団体利用 9:00~14:00 【夢の会】 うた体操 10:30~11:15 | 地域食育講座 10:00~11:00 わなげスポーツ 13:30~14:30 | 塗り絵クラブ 10:00~11:30 やさしい体操 13:30~ 13:45~ |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|  休館 | 書道教室 10:00~11:30 みんなで体操 13:30~14:00 | スマイル体操 10:30~11:00 健康相談会 11:00~11:30 | 東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45 やさしい体操 13:30~ 13:45~ | 団体利用 9:00~14:00 【雀の会】 | 初級マージャン クラブ 9:30~11:45 わなげスポーツ 13:30~14:30 | 塗り絵クラブ 10:00~11:30 やさしい体操 13:30~ 13:45~ |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
|  休館 | 海の日 休館 | 絵手紙入門 10:00~11:30 健康 いきいき体操 13:30~14:30 | 東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45 やさしい体操 13:30~ 13:45~ 東大泉トークサロン 14:00~15:00 | 団体利用 9:00~14:00 【三四会】 スマホ相談会 10:00~12:00 フレイル予防講座 14:30~15:30 | むりえに チャレンジ! 10:00~11:00 介護予防 フィットネス 14:00~15:00 | 元気に 60分体操 10:30~11:30 やさしい体操 13:30~ 13:45~ |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
|  休館 | 書道教室 10:00~11:30 洋楽ピクス 13:30~14:15 | スマイル体操 10:30~11:00 スマホ教室 13:30~15:30 | 東大泉健康 マージャンクラブ 9:30~11:45 やさしい体操 13:30~ 13:45~ | 団体利用 9:00~14:00 【楽友会】 共同作品作り 13:30~ | 元気に 60分体操 10:30~11:30 eスポーツに トライ 13:30~14:30 | 初級マージャン クラブ 9:30~11:45 やさしい体操 13:30~ 13:45~ |
| 30 | 31 |  | | | | |
| | バルーンアート 体験 10:00~11:00 映画の会 13:00~15:00 | 開館時間：月～土 9：00～17：00（日・祝日は休み。但し計折るの日は開館） ★カラオケ：9：00～16：30（午前・午後の入替制 12：00～13：00は昼休み） ☆土曜日は「ノーカラオケデー」、カラオケはお休みです。 ☆木曜日の団体利用時もカラオケはお休みとなります。 ※事業実施、団体利用等でお部屋を使用する場合は決定次第館内に掲示します。 | | | | |