



12月 カレンダー 2025 はつらつ大泉便り

日	月	火	水	木	金	土
下のQRコードは、はつらつセンター大泉のホームページにつながります。ご利用ください。	1	2	3	4	5	6
はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	ミュージカル ピクス ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～			はつらつ体操 ・9:30～・10:30～
スマホで web171体験 ・10:00～ ・10:30～ ・11:00～					事業抽選 結果発表	
団体抽選 申込み開始	事業抽選 申込み締切					
7	8	9	10	11	12	13
はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	スマホ教室 ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	げんきUP体操 ①10:30～	テレビゲームで ボウリング ① 9:30～ ②10:45～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	
健康麻雀 初心者教室 ・10:00～		HCO 落ち葉拾い ・10:15～	わくわく絵本 ・11:10～	パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～	水彩ぬり絵 ・10:00～	
団体抽選 申込み締切	健やか ストレッチ ①13:30～	12月10日 団体抽選 結果発表	椅子ヨガ ①13:30～			
はつらつ街かどピアノ ①15:00～②17:30～			はつらつ街かどピアノ ①15:00～②17:30～			
14	15	16	17	18	19	20
はつらつ体操 ・9:30～・10:30～		はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	かぎ編み教室 ・10:00～	カレンダー作り ・10:00～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	
ランチ クッキング ・10:00～		手工芸教室 ①10:00～ ②13:30～	理学療法士が 伝える! 介護予防・ フレイル 予防講座! 第7回 心疾患の予防 ・14:30～		(都)スマートフォン 相談会 ・9:15～	
					季節の壁面 制作応援団 ・10:10～	
21	22	23	24	25	26	27
はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	おりがみ教室 ①10:00～ ②13:30～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	健やかストレッチ ②10:00～	映画会 ・9:30～	はつらつ体操 ・9:30～・10:30～	
Xmasコンサート BRAVO BAND ・10:30～		ヘルシーフラダンス ・13:00～	パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～		書道教室 ・10:00～	
館内清掃 17時閉館	レクスボ教室 輪投げ ・14:00～	椅子ヨガ ②14:45～	はつらつ 街かどピアノ ①15:00～ ②17:30～	げんきUP体操 ②13:30～	絵てがみ教室 ・14:00～	
			映画会 ・17:30～			
28	29	30	31		ご案内	重要!
年末 休館	年末 休館	年末 休館	年末 休館			
	おしゃせ		注目!			
12月28日(日)17:00以降は、西棟と娯楽室は 清掃のため使用できませんので予めご了承ください。						
					12/29(月)～1/3(土)まで休館	