



10月



スケジュール

大泉北敬老館



日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5 カラオケお休み	
6	7 スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	リズムでダンス 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	輪投げを楽しもう 10:30~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 健康相談 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	8 骨盤ストレッチ 10:00~11:00 絵手紙教室 13:30~15:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	9 ゲームを楽しもう 10:30~11:30 レクダンス 13:30~15:00	
		たのしく作ろう① 13:30~15:00	たのしく作ろう② 13:30~15:00				
		囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30				
13	14 スポーツの日 休館日	リズムでダンス 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	水彩色鉛筆で塗り絵① 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	団体使用 9:00~12:00 オンライン フレイル予防講座 14:30~15:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	書道教室 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	東京都 スマホ相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00	
		休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	
		カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30
20	21 水彩色鉛筆で塗り絵② 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	やさしい折紙① 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	ねりまお口すっきり体操 10:00~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 初心者スマホ教室 13:30~15:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	東京都 スマホ体験会 9:30~12:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	映画会 9:30~11:30 抽選結果発表	
		やさしい折紙② 13:30~15:00	11月の抽選事業申込期間	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30
		カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30
27	28 練馬健康 いきいき体操 10:00~11:15 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	リズムでダンス 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	ギターに合わせて歌おう 10:30~11:30 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	にこにこ健康体操 10:00~10:40 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	☆11月事業お申し込み☆ 10月22日(火)~24日(木) 電話申込は24日(木) 抽選結果発表は26日(土)		
		カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30			
		カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30			

★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。

ご利用に際しては、「利用証」が必要となります。

利用証の発行には、保険証・免許証等の身分証明書と緊急連絡先の住所・電話番号が必要です。

開館時間：月～土 9時～17時（日曜日・祝日は休館。ただし、敬老の日は開館）

※カラオケ：13時～16時、囲碁・将棋：12時～16時30分、開催日は上記カレンダーを参照下さい

