



	月	火	水	木	金	カラオケお休み
	12月事業申し込み 11月21日(金)〜25日(火) 電話申込は25日(火) 抽選結果発表は27日(木)					東京都 スマホ教室① 9:30~12:30 レクダンス
			_	,		13:30~15:00
2	3	<b>4</b> にこにこ健康体操	5	6	7	<b>8</b> 東京都
休館	文化の日	① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 血管年齢測定会	ギターに合わせて 歌おう 10:30~11:30	水彩色鉛筆で 塗り絵① 10:00~11:30	やさしい折紙 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	スマホ教室② 9:30~12:30 声活
日日	713	9:00~12:00	カラオケ	カラオケ		13:30~14:30
	休館日	13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30	囲碁・将棋 12:00~16:30
9	10	11	12	13	14	15
休館日	スマホ相談会 ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 認知症サポーター 養成講座& みんなでおしゃべり 13:15~15:15	にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 カラオケ 13:00~16:00	館内装飾 お手伝い隊 10:00~11:00 水彩色鉛筆で 塗り絵② 14:00~15:30	練馬健康 いきいき体操① 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00	いきいき栄養講座 と簡単!おいしい シニアごはん 10:00~11:00 カラオケ 13:00~16:00	東京都 スマホ相談会 9:30~12:30 レクダンス 13:30~15:00
	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	囲碁・将棋 12:00~16:30	
16				12.00,10.30		
	17	18	19	20	21	22
休館口	<b>17</b> たのしく作ろう ①10:00〜11:30 ②13:30〜15:00	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35		<b>20</b> 〜お便り発行〜 団体利用 9:00〜12:00 オンライン 介護予防・		映画会 9:30〜11:30 ゲームを 楽しもう 13:30〜14:3Q
休	たのしく作ろう ①10:00~11:30	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35	<b>19</b> 輪投げ 10:00~11:00 おしゃべりサロン 10:30~12:00	<b>20</b> 〜お便り発行〜 団体利用 9:00〜12:00 オンライン	<b>21</b> 書道教室 10:00~11:30	映画会 9:30〜11:30 ゲームを 楽しもう 13:30〜14:3Q
休	たのしく作ろう ①10:00~11:30	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35	19 輪投げ 10:00~11:00 おしゃべりサロン 10:30~12:00 (はつらつ大泉)	20 ~お便り発行~ 団体利用 9:00~12:00 オンライン 介護予防・ フレイル予防講座	<b>21</b> 書道教室 10:00~11:30  12月 抽選事 カラオケ	映画会 9:30〜11:30 ゲームを 楽しもう 13:30〜14:3Q
休	たのしく作ろう ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋	#投げ 10:00~11:00 おしゃべりサロン 10:30~12:00 (はつらつ大泉) カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋	20 ~お便り発行~ 団体利用 9:00~12:00 オンライン 介護予防・ フレイル予防講座 14:30~15:30 囲碁・将棋	21 書道教室 10:00~11:30 12月 抽選事 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋	映画会 9:30~11:30 ゲームを 楽しもう 13:30~14:30 業 申込期間
休館日	たのしく作ろう ①10:00~11:30 ②13:30~15:00 <u>囲碁・将棋</u> 12:00~16:30	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 プラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	#投げ 10:00~11:00 おしゃべりサロン 10:30~12:00 (はつらつ大泉) カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	20 ~お便り発行~ 団体利用 9:00~12:00 オンライン 介護予防・ フレイル予防講座 14:30~15:30 囲碁・将棋 12:00~16:30	21 書道教室 10:00~11:30 12月 抽選事 カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30	映画会 9:30~11:30 ゲームを 楽しもう 13:30~14:30 業 申込期間 <u>囲碁・将棋</u> 12:00~16:30
休館日   <b>23</b> 休館口	たのしく作ろう ①10:00~11:30 ②13:30~15:00 型番・将棋 12:00~16:30 <b>24</b> 勤労感謝の日 振替休日	18 にこにこ健康体操 ① 9:50~10:35 ②10:50~11:35 ②10:50~11:35 プラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30 25 洋楽フィットネス 13:30~14:15	19 輪投げ 10:00~11:00 おしゃべりサロン 10:30~12:00 (はつらつ大泉) カラオケ 13:00~16:00 囲碁・将棋 12:00~16:30  26 初心者スマホ教室 9:30~11:00 絵手紙教室	20 ~お便り発行~ 団体利用 9:00~12:00 オンライン 介護予防・ フレイル予防講座 14:30~15:30 囲碁・将棋 12:00~16:30 27 練馬健康 いきいき体操② 10:00~11:00 抽選結果発表	#道教室 10:00~11:30    12月 抽選事	映画会 9:30~11:30 ゲームを 楽しもう 13:30~14:30 業 申込期間 <b>選手・将棋</b> 12:00~16:30 <b>29</b> 東京教室③ 9:30~12:30 百人一首を 楽しみましょう

★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。だだし、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、上記カレンダーを参照下さい