2026 1月 スケジュール 大泉北敬老館

日	月	火	水	木	金	土 カラオケお休み
	☆2月事業お申し込み ☆ 1月21日（水）～23日（金） 電話申込は23日（金） 抽選結果発表は26日（月）			1	2	3
				年末年始のご案内 12月28日～1月4日まで 休館となります		
4	5	6	7	8	9	10
休館日	輪投げを楽しもう 13:30～14:30 囲碁・将棋 12：00～16：30	にこにこ健康体操 ① 9:50～10:35 ②10:50～11:35 健康相談 10:00～11:00 館内装飾 お手伝い隊① 13:30～14:30 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	練馬健康 いきいき体操① 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	やさしい折紙 ①10:00～11:30 ②13:30～15:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	東京都 スマホ教室① 9:30～12:30 声活 13:30～14:30
11	12	13	14	15	16	17
休館日	休館日 成人の日	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 12：00～16：30	スマホ相談会 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00 水彩色鉛筆で 塗り絵① 14:00～15:30 囲碁・将棋 12：00～16：30	団体利用 9:00～12:00 オンライン フレイル予防講座 14:30～15:30 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
18	19	20	21	22	23	24
休館日	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	にこにこ健康体操 ① 9:50～10:35 ②10:50～11:35 ボッチャを 楽しもう 13:30～14:30 お便り発行 囲碁・将棋 12：00～16：30	館内装飾 お手伝い隊② 10:30～11:30 2月 抽選事業 申込期間 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	練馬健康 いきいき体操② 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	骨盤ストレッチ 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	東京都 スマホ教室② 9:30～12:30 ゲームを楽しもう 13:30～14:30
25	26	27	28	29	30	31
休館日	NEW みんなで塗り絵を 楽しみましょう 10:00～11:30 抽選結果発表 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	洋楽フィットネス 13:30～14:15 囲碁・将棋 12：00～16：30	初心者スマホ教室 9:30～11:00 絵手紙教室 13:30～15:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	練馬健康 いきいき体操③ 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	たのしく作ろう ①10:00～11:30 ②13:30～15:00 囲碁・将棋 12：00～16：30	映画会 9:30～11:30 百人一首を 楽しみましょう！ 13:30～15:00

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、開催日は上記カレンダーを参照下さい