

日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	
休館日	カラオケ休み			カラオケ休み	カラオケ休み		
	娯楽室	健康いきいき体操 9:30~10:30	スマホPC相談会 10:00~12:00	団体(一新長寿会) 9:15~12:15	ものづくり 10:00~11:30		
	骨盤ストレッチ 13:30~14:30	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	スマホ教室 14:00~16:00	レクダンス 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00	
	その他				団体(なんの会) 9:00~12:00	団体(ニココ会) 13:00~16:30	
8	9	10	11	12	13	14	
休館日	カラオケ休み		カラオケ休み		カラオケ休み	カラオケ休み	
	娯楽室	絵手紙 10:00~11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30		団体(睦会) 9:00~12:00	フラダンス教室 10:00~12:00	
	折紙教室 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00	エンディングノート 14:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	リズムでダンス 13:30~14:30		
	その他		てっだい隊 10:30~12:00				
15	16	17	18	19	20	21	
休館日	敬老の日イベント(カラオケ休み)			カラオケ休み	カラオケ休み		
	娯楽室	健康コーラス 10:00~11:00	健康いきいき体操 9:30~10:30	e-sports ボウリング体験 10:00~12:00	団体(木曜会) 9:00~12:00	折紙教室 10:00~11:30	
	お好きな時間に↓	いきいき美容教室 13:30~14:30		理学療法士講座 14:30~15:30		レクダンス 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00
	その他	カードケース作り 9:00~15:30 くつろぎカフェ 9:30~15:00	健康相談 10:30~11:30	団体(あやめ会) 9:00~12:00		団体(なんの会) 9:00~12:00	団体(ニココ会) 13:00~16:30
22	23	24	25	26	27	28	
休館日	休館日	カラオケ休み			カラオケ休み	カラオケ休み	
		娯楽室	健康いきいき体操 9:30~10:30	おしゃべりサロン in はつらつ大泉	水彩色鉛筆 10:00~11:30	フラダンス教室 10:00~12:00	NJフェスティバル 控室
		絵手紙 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	(都)スマホ相談会 9:30~12:30	NJフェスティバル 控室	
		その他	てっだい隊 10:30~12:00	団体(あやめ会) 9:00~12:00		書道 10:00~11:30	
29	30	<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p style="text-align: center;">10月事業 申込期間 9月20日~24日 抽選発表 9月25日</p> </div> <div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">熱中症特別警戒アラート発表時は事業を中止します。ご承知おきください。</p> </div> 					
休館日	カラオケ休み						
	娯楽室					骨盤ストレッチ 13:30~14:30	
	その他						

※敬老館は、憩いと交流の場と皆様の健康づくり、趣味活動などを支援する施設です。
 ※利用できる方・・・60歳以上で練馬区在住の方
 ※利用に必要なもの・・・「敬老館」または「はつらつセンター」が発行した利用証が必要になります。利用証は、「敬老館」または「はつらつセンター」窓口で利用申請書に記入、提出していただきますと発行されます。その際、健康保険証や運転免許証などの公的な本人確認書類と、緊急時に連絡がとれる方のお名前、ご住所と電話番号が必要になります。来館時には毎回利用証をお持ち下さい。
 ※スケジュールは変更になる場合があります。

- 大泉学園駅～みどりバス大泉ルート「大泉第三小学校」下車徒歩7分
- 大泉学園駅北口福祉センター行もしくは新座営業所行「大泉第三小学校」下車徒歩7分
- 保谷駅～光が丘駅行「大泉第三小学校」下車徒歩7分

