

日	月	火	水	木	金	土
休館日	12月事業 申込期間 11月20日～22日 抽選発表 11月25日	川柳を楽しもう 22日(金) 13:30～14:30 先生からコツを学んで切れのよい川柳をつくってみませんか。 はじめての方大歓迎!! 秋の夜長に一句いかがでしょう。			1	2
		カラオケ休み				ボタニカルアート① 10:00～11:30
休館日	休館日	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	フラダンス教室 10:00～12:00	ボタニカルアート② 10:00～11:30
		カラオケ 13:00～16:00	ゲームにトライ 14:00～15:30	スマホ教室 14:00～16:00	リズムでダンス 13:30～14:30	カラオケ 13:00～16:00
休館日	休館日	利用者懇談会 10:30～11:30				
10	11	12	13	14	15	16
休館日	お口すっきり体操 10:00～11:30 カラオケ 13:00～16:00	健康いきいき体操 9:30～10:30		団体(睦会) 9:00～12:00	折紙教室 10:00～11:30	映画の会 10:00～12:00
		血管年齢測定会 9:30～12:00	てっだい隊 10:30～12:00	団体(あやめ会) 9:00～12:00	カラオケ 13:00～16:00	カラオケ 13:30～15:00
休館日	骨盤ストレッチ 13:30～14:30	団体(一新麻雀) 13:00～16:30			団体(なんの会) 9:00～12:00	団体(ニコニコ会) 13:00～16:30
					団体(一新輪投) 13:00～16:30	
17	18	19	20	21	22	23
休館日	カラオケ休み レクスポ教室 10:00～11:30 骨盤ストレッチ 13:30～14:30	健康いきいき体操 9:30～10:30	絵手紙 10:00～11:30	団体(木曜会) 9:00～12:00	フラダンス教室 10:00～12:00	休館日
		イスヨガ 13:30～14:15	(都)スマホ体験会 13:00～16:00	理学療法士講座 14:30～15:30	川柳 13:30～14:30	
休館日	(都)スマホ相談会 9:30～12:30				書道 10:00～11:30	
24	25	26	27	28	29	30
休館日	骨盤ストレッチ 10:00～11:00 カラオケ 13:00～16:00	健康いきいき体操 9:30～10:30	ものづくり 10:00～11:30	水彩色鉛筆 10:00～11:30	カラオケ休み	ワークショップ 9:00～12:00
		てっだい隊 10:30～12:00	折紙教室 13:30～15:00	絵手紙 13:30～15:00	カラオケ休み	カラオケ 13:00～16:00
休館日	団体(一新麻雀) 13:00～16:30	団体(あやめ会) 9:00～12:00			カラオケ休み	

※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

