



日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
休館日	午前	カラオケ 休み	健康いきいき体操 9:30~10:30	スマホPC相談会 10:00~12:00	団体利用 9:15~12:15	楽しく歌おう 10:30~11:30	
	午後	骨盤ストレッチ 13:30~14:30 にしけい 14:30~16:00	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 休み	カラオケ 13:00~16:00
7	8	9	10	11	12	13	
休館日	午前	出張血管年齢測定 9:30~11:30	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30~10:30	ものづくり 10:00~11:30	カラオケ 休み	フラダンス教室 10:00~12:00	ポタニカルアート① 10:00~11:30
	午後	カラオケ 13:00~16:00	(都)スマホ教室 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	にこにこ健康体操 13:30~14:10	(都)スマホ教室 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00
14	15	16	17	18	19	20	
休館日	午前	(都)スマホ相談会 9:30~12:30 折紙教室 10:00~11:30	健康いきいき体操 9:30~10:30	お口すっきり体操 10:00~11:30	団体利用 9:00~12:00	川柳 10:00~11:30	ポタニカルアート② 10:00~11:30
	午後	ゆるっとフィットネ 13:30~14:15 カラオケ 休み	カラオケ 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00	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
21	22	23	24	25	26	27	
休館日	午前	骨盤ストレッチ 10:00~11:00	食のほっとサロン 健康いきいき体操 9:30~10:30	絵手紙 10:00~11:30	団体利用 9:00~12:00	フラダンス教室 10:00~12:00	ワークショップ 9:00~12:00
	午後	カラオケ 13:00~16:00	(都)スマホ教室 13:00~16:00	絵手紙 13:30~15:00	カラオケ 13:00~16:00	(都)スマホ教室 13:00~16:00	カラオケ 13:00~16:00
28	29	30	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p style="text-align: center;"><b>7月事業</b> 申込期間 <b>6月20日~23日</b> 抽選発表 <b>6月25日</b></p> </div> <div style="margin-left: 20px; text-align: center;"> <p><b>注目!</b> <b>熱中症!</b></p> <div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>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> </div>				
休館日	午前	水彩色鉛筆 10:00~11:30					レクスポ教室 10:00~11:30
	午後	合唱カラオケ横丁 13:30~14:30 カラオケ 休み	折紙教室 13:30~15:00 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

