

文京福祉センター江戸川橋 10月予定表

*太字になっているプログラムに関しては、費用がかかります。詳細はチラシ等をご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 	 ✕作る会 ◎輪投げ 歌う会 ☆折紙の会 どなたでも参加できます			10月1日 「都民の日」	リフレッシュ UP体 操* ①10:30～ ②11:30～ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00～ ②13:30～	*中止 吹奏教室 (10:00～) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:30～)
4	5	6	7	8	9	10
臨時 休館日 *15時より 通常開館	英会話教室* (初級10:00～ 中級13:00～) リフレッシュ UP体 操* ①13:30～ ②14:30～	◎輪投げ (10:00～)	和太鼓教室* (10:00～) ✕作る会 (10:00～) からだ コンテ イヨング* (10:30～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②11:00～ ③13:30～	リフレッシュ UP体 操* ①10:30～ ②11:30～ *中止 麻書* (初級10:00～ 中級10:00～)	10月10日  目の愛護デー
11	12	13	14	15	16	17
大人の塗り絵の会* (13:30～)	英会話教室* (初級10:00～ 中級13:00～) リフレッシュ UP体 操* ①13:30～ ②14:30～	◎輪投げ (10:00～) なごやかクラブ* (10:00～) 健康相談 (13:15～) ☆折紙の会 (13:30～)	*中止 (9:30～) からだ コンテ イヨング* (10:30～) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:30～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②11:00～ ③13:30～	リフレッシュ UP体 操* ①10:30～ ②11:30～ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00～ ②13:30～	*中止 吹奏教室 (10:00～)
18	19	20	21	22	23	24
大人の塗り絵の会* (13:30～)	英会話教室* (初級10:00～ 中級13:00～) リフレッシュ UP体 操* ①13:30～ ②14:30～	◎輪投げ (10:00～) なごやかクラブ* (10:00～)	高齢者マッサージ サービス* (10:00～) 和太鼓教室* (10:00～) ✕作る会 (10:00～) からだコンテ イヨング* (10:30～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②11:00～ ③13:30～	リフレッシュ UP体 操* ①10:30～ ②11:30～ *中止 麻書* (初級10:00～ 中級10:00～) 健康相談 (13:15～)	*中止 吹奏教室 (10:30～) ガーデニング 講座* (13:30～)
25	26	27	28	29	30	31
縁が和 café* (10:00～) マスクを作ろう会* (13:30～)	英会話教室* (初級10:00～ 中級13:00～) リフレッシュ UP体 操* ①13:30～ ②14:30～	◎輪投げ (10:00～) なごやかクラブ* (10:00～) ☆折紙の会 (13:30～)	*中止 (9:30～) からだ コンテ イヨング* (10:30～) 写経会* (14:00～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②11:00～ ③13:30～	リフレッシュ UP体 操* ①10:30～ ②11:30～ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00～ ②13:30～	*みんなで 歌いません (10:00～)

開館時間：9時～21時30分

休館日：年末年始

☎一般入浴：月～土 12時～16時まで



文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

<http://care-net.biz/13/lien/>

