

1月 文京福祉センター江戸川橋 1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
31					1	2
中水槽清掃 9:00~15:00 入館不可	 ✂作る会 ◎輪投げ 歌う会♪ ☆折紙の会 どなたでも参加できます		文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 	 	休館日 	休館日 
3	4	5	6	7	8	9
休館日 	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~)	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 イジョング (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 (初級10:00~ 中級10:00~)	*中止 吹奏教室 (10:00~)
10	11	12	13	14	15	16
新年を祝う会 大人の塗り絵の会* (13:30~)	Let's ステップ* (10:30~) 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~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) からだ コンテ イジョング (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~ *オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) ①10:00~ ②13:30~	 1月16日は 禁酒の日
17	18	19	20	21	22	23
防災と ボランティアの日 	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~)	和太鼓教室* (10:00~) ✂作る会 (10:00~) からだ コンテ イジョング (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 リフレッシュ* (中級10:00~)	*中止 吹奏教室 (10:00~) *中止 LIFEN クラブ (10:30~) ガーデニング 講座* (13:30~)
24	25	26	27	28	29	30
縁が和 café* (10:00~) 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~) ☆折紙の会 (13:30~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) からだ コンテ イジョング (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 (麻雀・囲碁・将棋) ①10:00~ ②13:30~	*みんなで 歌いませぬ (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 (予約制)



文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

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

