

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
10/31					1	2
大人の塗り絵の会* (13:30~) スマホ勉強会* (14:00~) オリジナル マスクを作ろう (14:00~)		 ✕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 	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~	*スポーツ 吹奏教室 (10:00~) 中止
3	4	5	6	7	8	9
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~) 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 イショング (10:30~)	 今日10月7日	リフレッシュ UP体操* ①10:30~ ②11:30~ 脳トレ 麻雀 (初級10:00~ 中級10:00~) NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)	*LIEN クラス (10:30~) 高齢者施設 ボランティア講座 (9:00~) 中止
10	11	12	13	14	15	16
和紙ちぎり絵 教室* (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~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) からだ コンテ イショング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ②11:15~ 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~	*スポーツ 吹奏教室 (10:00~) 高齢者施設 ボランティア講座 (9:00~) 中止
17	18	19	20	21	22	23
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 イショング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ②11:15~ ③13:30~	リフレッシュ UP体操* ①10:30~ ②11:30~ 脳トレ 麻雀 (初級10:00~ 中級10:00~) 健康相談 (13:15~)	ガーデニング 講座* (13:30~)
24	25	26	27	28	29	30
縁が和 café* (10:00~) スマホ勉強会* (14:00~)	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 イショング (10:30~) 写経会* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ②11:15~ 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 (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/>

