



# 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
2	3	4	5	6	7	8
休館日 	休館日 	◎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 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	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~)
9	10	11	12	13	14	15
新年を祝う会 (14:00~)	インターネット よろず相談所 (10:00~)  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~)	歌う会 ♪ (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 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	リフレッシュ UP体操* ①10:30~ ②11:30~  まーじゃんサロン* (10:00~)  NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)  元気でいきいき教室 「世界のイスラム 美術講座」* (14:00~)	*LIFN 中止 (10:30~)
16	17	18	19	20	21	22
和紙ちぎり絵 教室* (13:30~)  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~)	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 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	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~  元気でいきいき教室 「世界のイスラム 美術講座」* (14:00~)	*スポーツ 中止 (10:00~)  ガーデニング 講座* (13:30~)
23	24	25	26	27	28	29
縁が和 café* (10:00~)  *オリジナル マスクを作ろう (14:00~)  スマホ勉強会* (14:00~)	インターネット よろず相談所 (10:00~)  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~)	歌う会 ♪ (10:00~)  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 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	リフレッシュ UP体操* ①10:30~ ②11:30~  まーじゃんサロン* (10:00~)  健康相談 (13:15~)  元気でいきいき教室 「世界のイスラム 美術講座」* (14:00~)	*みんなで 歌いましょう (10:00~)  シネマサロン 江戸川橋 (14:00~)
30	31					
中水槽清掃 9:00~15:00 入館不可  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~			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	

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/>

