

# 3月 文京福祉センター江戸川橋 3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	4	5
		◎輪投げ (10:00~)  なごやかクラブ* (10:00~)  ネイル体験* (10:00~)	✕作る会 (10:00~)  和太鼓教室* (10:00~)  からだ コンテ イソニック (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!*  ① 9:30~ ② 11:00~ ③ 13:30~	リフレッシュ UP体操* ① 10:30~ ② 11:30~ *オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) ① 10:00~ ② 13:30~  エステ体験* (10:00~)	*スポーツ 吹奏楽 (10:00~) <b>中止</b>
6	7	8	9	10	11	12
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* ① 13:30~ ② 14:30~	◎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 イソニック (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* ① 10:30~ ② 11:30~ *オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) ① 10:00~ ② 13:30~  NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)	*みんなで 歌いましょう (10:00~)  *LIEN クッキング (10:00~) <b>中止</b>
13	14	15	16	17	18	19
和紙ちぎり絵 教室* (13:30~)	インターネット よろず相談所 (10:00~)	◎輪投げ (10:00~)	✕作る会 (10:00~)	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* ① 10:30~ ② 11:30~ *オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) ① 10:00~ ② 13:30~	*スポーツ 吹奏楽 (10:00~) <b>中止</b>
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* ① 13:30~ ② 14:30~	なごやかクラブ* (10:00~)	和太鼓教室* (10:00~)  からだ コンテ イソニック (10:30~)			
20	21	22	23	24	25	26
スマホ勉強会* (14:00~)	Let's ステップ* (10:30~)  リフレッシュ UP体操* ① 13:30~ ② 14:30~	◎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 イソニック (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* ① 10:30~ ② 11:30~ オンラインサロン* (10:00~) 健康相談 (13:15~) NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)	ガーデニング 講座* (13:30~)
27	28	29	30	31		
縁が和café* (10:00~)  シネマサロン 江戸川橋 SP 「パウ・パトロール」 (14:00~)  *オリジナル マスクを作ろう (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* ① 13:30~ ② 14:30~	◎輪投げ (10:00~)	3月30日  マフィアの日	3月31日  オーケストラの日	 ✕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/>

