

4月

文京福祉センター江戸川橋 4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
		<p>文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード</p> 			<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①10:30~ ②11:30~</p> <p>*まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)</p>	<p>*e-スポーツ (10:00~)</p> <p>寿カラオケ教室 * (13:30~)</p>
3	4	5	6	7	8	9
<p>大人の塗り絵の会* (13:30~)</p>	<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①13:30~ ②14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p>	<p>高齢者マッサージ サービス* (10:00~)</p> <p>和太鼓教室* (10:00~)</p> <p>♪作る会 (10:00~)</p> <p>からだコンデ イヨング* (10:30~)</p>	<p>4月7日</p>  <p>世界保健デー(WHO)</p>	<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①10:30~ ②11:30~</p> <p>*オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) (10:00~)</p> <p>NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)</p>	<p>*LIFE クッキング 中止 (10:30~)</p>
10	11	12	13	14	15	16
<p>和紙ちぎり絵 教室* (13:30~)</p>	<p>インターネット よろず相談所 (10:00~)</p> <p>英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~)</p> <p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①13:30~ ②14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p> <p>健康相談 (13:15~)</p> <p>☆折紙の会 (13:30~)</p>	<p>歌う会 ♪ (9:30~)</p> <p>からだ コンデ イヨング* (10:30~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!*</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①10:30~ ②11:30~</p> <p>*まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)</p>	<p>*e-スポーツ (10:00~)</p>
17	18	19	20	21	22	23
<p>大人の塗り絵の会* (13:30~)</p>	<p>英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~)</p> <p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①13:30~ ②14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p>	<p>高齢者マッサージ サービス* (10:00~)</p> <p>和太鼓教室* (10:00~)</p> <p>♪作る会 (10:00~)</p> <p>からだコンデ イヨング* (10:30~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!*</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①10:30~ ②11:30~</p> <p>*オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) (10:00~)</p> <p>健康相談 (13:15~)</p> <p>NTTドコモ スマホ教室</p>	<p>ガーデニング 講座* (13:30~)</p>
24	25	26	27	28	29	30
<p>縁が和café* (10:00~)</p> <p>スマホ勉強会* (14:00~)</p> <p>*オリジナル マスクを作ろう (14:00~)</p>	<p>インターネット よろず相談所 (10:00~)</p> <p>英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~)</p> <p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①13:30~ ②14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p> <p>☆折紙の会 (13:30~)</p>	<p>歌う会 ♪ (9:30~)</p> <p>からだ コンデ イヨング* (10:30~)</p> <p>写経会* (14:00~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!*</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュ UP体操*</p> <p>①10:30~ ②11:30~</p> <p>*まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)</p>	<p>*みんなで 歌いましょう (10:00~)</p> <p>寿カラオケ教室 * (13:30~)</p>

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/>

