



文京福祉センター江戸川橋 8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	6
	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* (経験者 9:30~ 初心者11:15~) ✕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! 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* (①10:00~ ②13:30~)	*e-スポーツ (10:00~) 寿カラオケ教室* (13:30~) セカンドステージ サポートナビ 「伝わる写真講座」 (13:30~)
7	8	9	10	11	12	13
ピースアクセサリを作ろう!* (13:30~) 大人の塗り絵の会* (13:30~) *NTTDコモプログラミング体験教室 (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~) 健康相談 (13:15~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会 ♪ (9:30~) からだ コンテ イヨング (10:30~)		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) (10:00~) *NTTDコモ出張スマホ教室 (14:00~)	*LIEU クラス中止 (10:30~) 盆踊り (16:00~) 
14	15	16	17	18	19	20
飛び出すしかけのカードづくり* ①14:30~ ②15:00~	リフレッシュUP体操* ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) 8月17日 * 元気でいきいき教室 「紙バンドクラフト」 (14:00~)	高齢者マッサージサービス* (10:00~) 和太鼓教室* (経験者 9:30~ 初心者11:15~) ✕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! 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* (①10:00~ ②13:30~)	*e-スポーツ (10:00~) 寿カラオケ教室* (13:30~)
21	22	23	24	25	26	27
大人の塗り絵の会* (13:30~) 和紙ちぎり絵教室* (13:30~) 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 ♪ (9:30~) からだ コンテ イヨング (10:30~) 元気でいきいき教室 「紙バンドクラフト」* (14:00~) 写経会* (14:00~)	脳トレ筋トレリズム! 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) (10:00~) 健康相談 (13:15~) *NTTDコモ出張スマホ教室 (14:00~)	*みんなで歌いましょう♪ (10:00~) ガーデニング講座* (13:30~) セカンドステージ サポートナビ 「伝わる編集」 (13:30~)
28	29	30	31			
縁が和café* (10:00~) シネマサロン 江戸川橋SP (14:00~) オリジナルマスクを作ろう!* (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~)	からだ コンテ イヨング (10:30~) 元気でいきいき教室 「紙バンドクラフト」* (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 	

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



文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

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

