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
4/30						1
クリエイトワークス＊ (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	**＊e-スポーツ** (10:00～)
2	3	4	5	6	7	8
大人の塗り絵の会＊ (13:30～)	**リフレッシュ** **UP体 操＊** ①13:30～ ②14:30～	◎輪投げ (10:00～) **寿カラオケ教室** **＊** (13:30～)	**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～) からだｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ (10:30～)	4月6日 城の日	**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～	4月8日 忠犬ハチ公の日
9	10	11	12	13	14	15
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～) **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～) 健康相談 (13:15～) ✡折紙の会 (13:30～)	歌う会 ♪ (9:30～) からだ ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ (10:30～)	**脳トレ!** **筋トレ!** **ﾘｽﾞﾑﾄﾚ!＊** ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～	**リフレッシュ** **UP体 操＊** ①10:30～ ②11:30～ **＊麻雀教室** (初級10:00～ (中級10:00～ **＊NTTドコモ** **スマホ教室** (14:00～)	**＊e-スポーツ** (10:00～)
16	17	18	19	20	21	22
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～) **寿カラオケ教室** **＊** (13:30～)	**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～) からだｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ (10:30～)	**脳トレ!** **筋トレ!** **ﾘｽﾞﾑﾄﾚ!＊** ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～	**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～	**ガーデニング** **講座＊** (13:30～)
23	24	25	26	27	28	29
縁が和cafｅ＊ (10:00～) **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 ♪ (9:30～) からだ ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ (10:30～) **写経会＊** (14:00～)	**脳トレ!** **筋トレ!** **ﾘｽﾞﾑﾄﾚ!＊** ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～	**リフレッシュ** **UP体操＊** ①10:30～ ②11:30～ **＊麻雀教室** (10:00～) 健康相談 (13:15～) **＊NTTドコモ** **スマホ教室** (14:00～)	**＊みんなで** **歌いましょう** (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

文京福祉センター江戸川橋
０３－５９４０－２９０１
http://care-net.biz/１３/lien/