

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。

| 2 3 4 5 6 7 7 7 7 7 7 7 7 7 | * 太子 になっているフロクラムに関しては、 質用 がかかります。詳細はチラシ等をご確認ください。 | | | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|--|-----------------------------|--|
| 2 3 4 5 5 5 5 5 5 5 5 5 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| 2 3 4 5 6 7 7 7 7 7 7 7 7 7 | 4/30 | | | | | | 1 | |
| 10 12 13 14 14 15 15 15 15 15 15 | クリエイトワークス* (14:00~) | 10 0 200 0 0 0 10 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 | 入学おめでとう | ◎輪 歌う ※折約 どなれ | 投げ 会♪ Kの会 E <i>でも</i> | 江戸川橋HP | *e-スポーツ (10:00~) | |
| 大人の強り絵の金* (13:30~) ** (10:0 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Tンターネット よろず相談所 (10:00~) (9:30 | | UP体 操* ①13:30~ | (10:00~) 寿カラオケ教室 * | サービス* (10:00~) 和太鼓教室* (10:00~) ※作る会 (10:00~) からだコンディショニング | | UP体操* ①10:30~ ②11:30~ *まーじゃんサロン (①10:00~ | 4月8日 | |
| 和紙ちぎり絵教室 * (13:30~) | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | |
| 16 17 18 19 20 21 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 | 教室* | 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* (13:30~ | (10:00~) 健康相談 (13:15~) | (9:30~) からだ コンディショニング | 筋トリ リス ムトリ* ① 9:45~ ②11:15~ | UP体操* ①10:30~ ②11:30~ *麻雀教室 (初級10:00~ (中級10:00~ ********************************** | *e-スポーツ (10:00~) | |
| 英会話教室* (初級10:00~ (中級13:00~) 中級13:00~ (中級13:00~) リフレッシュ UP体 操* (10:00~) オ人の塗り絵の会* (13:30~) 13:30~ (10:00~) 素カラオケ教室 ** (10:00~) からだコンディショング (10:30~) 13:30~ (213:30~) からだコンディショング (10:30~) 13:30~ (213:30~) 13:30~ (213:30~) 13:30~) 13:30~ (213:30~) 13:30~ | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | |
| 縁が和caf é * (10:00~) インターネット よろず相談所 (10:00~) 「10:00~] 「10:00~] | 大人の塗り絵の会* | (初級10:00~ (中級13:00~ リフレッシュ UP体 操* ①13:30~ | ●輪投げ (10:00~)なごやかクラブ* (10:00~)寿カラオケ教室 * | 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~) からだコンディショング | 臓トレ! 筋トレ! リス'ムトレ!* ① 9:45~ ②11:15~ | リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ *まーじゃんサロン (①10:00~ | ガーデニング 講座* (13:30~) | |
| 縁が和caf é * (10:00~) 「 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | | 29 | |
| スマホ勉強会* (14:00~) 「13:30~ (2)14:30~ (13:30~) 「13:30~ (2)14:30~ (14:00~) | (10:00~) | よろず相談所 (10:00~) 英会話教室* (初級10:00~ (中級13:00~ リフレツシュ UP体 操* ①13:30~ | (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) | (9:30~) からだ コンテ・イショニング (10:30~) 写経会* | 筋トリ リス ′ムトリ* ① 9:45~ ②11:15~ | UP体操* ①10:30~ ②11:30~ *麻舎教童 (10:00~) 健康相談 (13:15~) *NTTドコモ スマ本教童 | *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 1 2時~1 6時まで

文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

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

