

きずな

〒112-0006 東京都文京区小日向2丁目16番地15号

TEL: 03-5940-2901 FAX: 03-5940-2902

メール: edogawabashi@team-lien.com ホームページ: http://care-net.biz/13/lien/

新型コロナウイルス
感染症拡大防止の為
利用前後の手洗い
マスクの着用を
お願いします



あなたの悩みをみんなで一緒に向き合えるグループレッスン

夜のボイトレ

6月～8月(全6回)

18:00～19:00

6/12 7/10 8/14

6/26 7/24 8/28

毎月2回(第2・第4月曜日)

18:00～19:00



自分の声は好きじゃない...

声が出ない、のどが痛くなる...

歌は好きなのにストレス...

教室形式: 3カ月間(全6回)

対象: 区内在住の方ならどなたでも

定員: 10人(抽選) 申込締切 5/31

※最小催行人数を5名と設定させていただきます

満たない場合は中止となることもあります

参加料金: 1500円/1回

申込方法: 直接窓口 または お電話で

【会場】 お気軽にお電話ください

文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

講師: 歌と声の学校
細谷咲恵先生

「歌の力で日本を元気に」を自身のテーマに、歌うことの楽しさをお伝えしています。皆さん一人一人の立場に立てあなたの夢をサポート。基礎からじっくりとあなたに合ったレッスンプランを一緒に考えます

ボイトレーニングのご案内

- ◆自分の声は好きじゃない...
- ◆声が出ない、のどが痛くなる...
- ◆歌は好きなのにストレス...

あなたの悩みをみんなで一緒に向き合えるグループレッスンです
3カ月間(全6回)の短期集中講座
第2・第4月曜日の18時から、
福祉センターでボイトレ、はじめてみませんか??

「将棋交流会」開催のご案内

令和5年度 高齢者いきいき 将棋交流会

参加費無料 ※事前申込が必要です

6月29日(木)

10:30～16:00

将棋は面白い

毎年恒例となっております『将棋交流会』今年もやります!

昨年度までは2回戦だったところ、クラス別3回戦に増加!

朝の10時半から将棋漬けの嬉しい一日♪

来る6月29日の木曜、60歳以上の区内在住者が対象となります

※6月15日(木)申込締切

参加費は無料です!

対局方式: クラス別 3回戦

対象: 60歳以上の区内在住者

定員: 40人(先着申込順)

申込方法: はがき または 電話・FAXにて

①将棋交流会 ②住所 ③氏名 ④年齢

⑤電話番号 ⑥段(級)を明記しお名前を

締切: 6月15日(木)

【会場】 お気軽にお電話ください

文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

住所: 〒112-0006 文京区小日向2-16-15

FAX 03-5940-2902



俳句講座「俳句で遊ぶ」のご案内



令和5年度 元気でいきいき教室

俳句講座「俳句で遊ぶ」

毎月木曜日 全5回集中講座

14:00～15:30

8 15 22 6 13

楽しい俳句の世界へご案内いたします

【開催場所】

会場 文京福祉センター 第2教室

対象 文京区在住の65歳以上の方

定員 20名(抽選)

費用 1,000円(初回納入(全5回分))

持ち物 筆記用具、おせんぼ

※マスクのご着用を推奨しております

申込締切: 5月25日(木)

楽しい俳句の世界にご案内♪
今年4回、開催しております“元気でいきいき教室”の第1回目は「俳句講座」
世界でいちばん短い詩「俳句」...
一緒に一句詠みませんか?
定員20名(抽選)、文京区にお住いの65歳以上の方が対象となります
6月8日からはじまる、全5回の集中講座、詳細はお電話、またはチラシをご覧ください

文京区の隠れたスポット⑤

「喜三郎農場」

“厳選素材”と“こだわり卵”を味わうランチ
全国各地の美味しい卵を使用した、卵かけご飯や親子丼など卵料理を取り揃え
中でもランチは卵かけご飯食べ放題の定食が人気!
卵だけではなく、ブランド鶏やブランド豚も農家直送で仕入れられているそう...
卵は、店主が厳選して仕入れた12種類の中から、お客様自身で選んでいただくのが特徴
素朴なイメージのある卵かけご飯の印象が、まっと変わるはず! お好みの「卵」でどうぞ!
群馬県産の「ゆやけ卵」を贅沢に使用した、濃厚な味わいが特徴のプリンもオススメ

【施設情報】

住所: 文京区千石1-23-11

電話: 03-3943-3746

アクセス: 「千石」駅 A2出口 徒歩2分

営業時間: 平日ランチ11:00～14:30LO

平日夜17:00～21:00LO(22:00閉店)

土日祝ランチ11:00～16:00LO

土日祝夜17:00～21:00LO(22:00閉店)

定休日: 無休 ※年末年始を除く

