






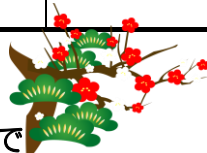


文京福祉センター江戸川橋 1月予定表

*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 休館日 	2 休館日 	3 休館日 	4 1月4日 石 石の日	5 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~	6 e-スポーツ (10:00~) クリエイト ワークスSP* (14:00~)
7	8	9	10	11	12	13
新年を祝う会 (14:00~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) Let's ステップ* (10:30~) リフレッシュ UP体操* ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) ほがらかクラブ* (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~) 和太鼓教室* (経験者 9:30~ 初心者 11:15~)	脳トレ 筋トレ リズムトレ* ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ 俳句講座* (14:00~)	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~)	*LIEN クッキング (10:30~)
14	15	16	17	18	19	20
和紙ちぎり絵 教室* (13:30~) 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~ 夜のボイトレ* ①18:00~ ②19:30~	◎輪投げ (10:00~) ほがらかクラブ* (10:00~) ネイル体験* (10:00~) お食事の よろず相談所 (14:00~)	✂作る会 (10:00~) からだ コンテ イヨング* (10:30~) 写経会* (14:00~)	脳トレ 筋トレ リズムトレ* ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ 俳句講座* (14:00~)	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~) ガーデニング 講座* (13:30~) セカンドステージ サポートナビ 「企画・編集会議⑤ 最終確認」 (13:30~)
21	22	23	24	25	26	27
大人の塗り絵の会* (13:30~) クリエイトワークス* (14:00~) 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~ 夜のボイトレ* ①18:00~ ②19:30~	◎輪投げ (10:00~) ほがらかクラブ* (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~) 和太鼓教室* (経験者 9:30~ 初心者 11:15~)	脳トレ 筋トレ リズムトレ* ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ 俳句講座* (14:00~)	リフレッシュ UP体操* ①10:30~ ②11:30~ *麻雀教室 (初中級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~) シネマサロン 江戸川橋 (14:00~) 9月26日(金) *元気でいきいき教室 「東洋美術から読み解く 地獄と極楽」 (14:00~)
28	29	30	31			
中水槽清掃 9:00~15:00 入館不可	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~ 夜のボイトレ* ①18:00~ ②19:30~	◎輪投げ (10:00~)	✂作る会 (10:00~) からだ コンテ イヨング* (10:30~)	文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 	 ✂作る会 ◎輪投げ 歌う会 ♪ ☆折紙の会 どなたでも 参加できます 	

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/>

