












# 11月 文京福祉センター江戸川橋 11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
 <p>✂作る会 ◎輪投げ 歌う会♪ ☆折紙の会 どなたでも参加できます</p>		文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 	✂作る会 (10:00~)  からだ コンデ イョング (10:30~)  デイサービス (13:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	リフレッシュ UP体 操* (10:30~)  *脳トレ まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)  リラックスヨガ チェアヨガ* (13:30~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:30~)  
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
大人の塗り絵の会* (13:30~)  	リフレッシュ UP体 操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  なごやかクラブ* (10:00~)	歌う会♪ (10:00~)  からだ コンデ イョング (10:30~)  デイサービス (13:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	11月10日   トイレの日	福祉センター 祭り  
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
福祉センター 祭り  		◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) 元気でいきいき教室 「和太鼓」* (10:00~) 健康相談 (13:15~) ☆折紙の会 (13:30~)	✂作る会 (10:00~)  からだ コンデ イョング (10:30~)  デイサービス (13:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	リフレッシュ UP体 操* (10:30~)  脳トレ 麻雀教室* (初級10:00~ 中級13:00~)	 土 木 日 十一月十八日 土木の日
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
縁が和 café* (10:00~)  大人の塗り絵の会* (13:30~)	英会話教室* (10:00~)  リフレッシュ UP体 操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  なごやかクラブ* (10:00~)  元気でいきいき教室 「和太鼓」* (10:00~)	歌う会♪ (10:00~) からだ コンデ イョング (10:30~) デイサービス (13:30~) 写経会* (14:00~)	囲碁交流会 (9:30~)  	脳トレ 麻雀教室* (初級10:00~ 中級13:00~)  健康相談 (13:15~)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~) *LIEN クッキング (10:30~) *スポーツ 吹矢教室 (10:30~) *ガーデニング講座 (13:30~)
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
停電検査 のため休館 12:30より開館  	英会話教室* (10:00~)  リフレッシュ UP体 操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  ☆折紙の会 (13:30~)  元気でいきいき教室 「和太鼓」* (10:00~)	からだ コンデ イョング (10:30~)  *跡見学園 第三回お食事会 (11:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~  リアン食堂 (17:30~)		

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/>

