

# 文京福祉センター江戸川橋 6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
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				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~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
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* (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 「ブリッジ」* (10:00~) 寿カラオケ教室* (13:30~)	和太鼓教室* (10:00~)  ✂作る会 (10:00~)  からだ コンディショニング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:15~ ④14:30~	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~)	
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
路面電車の日 	英会話教室* (初級10:00~ (中級13:00~)  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 「ブリッジ」* (10:00~) 健康相談 (13:15~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (10:00~)  からだ コンディショニング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:15~ ④14:30~	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~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)  *LIEN クッキング (10:30~)
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
縁が和 café* (10:00~)  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* (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 「ブリッジ」* (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~) からだコンディショニング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:15~ ④14:30~	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~)  健康相談 (13:15~)	ガーデニング 講座* (13:30~)
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
	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~)  ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (10:00~)  シナプソロジー* (10:30~)  写経会* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:15~ ④14:30~	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~)	*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/>

