

2月 文京福祉センター江戸川橋 2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	
				<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>		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~)
3	4	5	6	7	8	9	
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~)	✕作る会 (10:00~) 和太鼓教室* (10:00~) からだ コンテ イヨング (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~)	2/9は 「漫画の日」 	
10	11	12	13	14	15	16	
2/10は 「ニットの日」 	Let'sステップ* (10:30~) 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~) コントラクト ブリッジ教室* (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~)	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~) セカンドステージ サポート・ゼミ Instagramを活用しよう (13:00~)	
17	18	19	20	21	22	23	
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~)	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~) からだコンテ イヨング (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~)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~) ガーデニング 講座* (13:30~)	
24	25	26	27	28			
縁が和 café* (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~)	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) コントラクト ブリッジ教室* (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~) 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~ 元気でいきいき教室 「吉祥圖案講座」* (14:00~)		文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 	

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/>

