

# 文京福祉センター江戸川橋 3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
<b>3/31</b>					<b>1</b>	<b>2</b>
シネマサロン 江戸川橋SP (14:00~)		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~)  ひなまつり 音楽祭 (14:00~) 	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~)	✂作る会 (10:00~)  和太鼓教室* (10:00~)  からだ コンテ イヨコング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~  元気でいきいき教室 「吉祥圖案講座」* (14:00~)	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~)	*LIEN クッキング (10:30~)
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
はじめての Instagram講座 (アンドロイド編) (14:00~) 	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~)  健康相談 (13:15~)  ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~)  からだ コンテ イヨコング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~  元気でいきいき教室 「吉祥圖案講座」* (14:00~)	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>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
大人の塗り絵の会* (13:30~)  はじめての Instagram講座 ( 아이폰編 ) (14:00~)  デスクパーティー (14:00~)	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~)  コントラクト ブリッジ教室* (10:00~)	✂作る会 (10:00~)  和太鼓教室* (10:00~)  からだ コンテ イヨコング (10:30~)	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~)  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~)  セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~)
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
縁が和café* 餅つき (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~)  ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~)  からだ コンテ イヨコング (10:30~)  写真会* (14:00~)	3/28は 「三ツ矢サイダー の日」 	リフレッシュ UP体 操* (10:30~)	3/30は 「国立競技場 落成記念日」 

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/>

