

文京福祉センター江戸川橋 7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	5	6
	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~) 寿カラオケ教室* (13:30~)	和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだ コンテ イヨニング (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!* セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~) 元気でいきいき教室 「スマホ講座」* (13:30~)	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~)
7	8	9	10	11	12	13
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~) 健康相談 (13:15~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) からだ コンテ イヨニング (10:30~) *社交ダンス教室 (14:00~)	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 「スマホ講座」* (13:30~)	リフレッシュ UP体 操* (10:30~) 脳トレ 麻雀教室* (初級10:00~ 中級10:00~)	
14	15	16	17	18	19	20
	*Let' 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~) 寿カラオケ教室* (13:30~)	和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだ コンテ イヨニング (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 「スマホ講座」* (13:30~)	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~) 落語会 (PM)
21	22	23	24	25	26	27
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~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) からだ コンテ イヨニング (10:30~) 社交ダンス教室* (14:00~) 写経会* (14:00~)	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~)	リフレッシュ UP体 操* (10:30~) 脳トレ麻雀教室* (初級10:00~ 中級10:00~) 健康相談 (13:15~) シネマサロン江戸川橋 (14:00~)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~) ガーデニング 講座* (13:30~)
28	29	30	31			
縁が和café* (夏祭り(予定) (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~)	からだ コンテ イヨニング (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/>

