









9月 文京福祉センター江戸川橋 9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	7
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~)	和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだ ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30~ ②10:45~ ③13:30~ 元気でいきいき教室 「水墨画講座」* (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~) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)
8	9	10	11	12	13	14
	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 ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (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~ ②10:45~ ③13:30~ 元気でいきいき教室 「水墨画講座」* (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~) 	ガーデニング 講座* (13:30~)
15	16	17	18	19	20	21
大人の塗り絵の会* (13:30~)	敬老会 (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~)	和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだ ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30~ ②10:45~ ③13:30~ 元気でいきいき教室 「水墨画講座」* (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~) *LIEN クッキング (10:30~) 高齢者施設 ボランティア講座 (9:00~) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~)
22	23	24	25	26	27	28
縁が和 café* (10:00~)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) Let'ステップ* (10:30~) 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 ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~) 社交ダンス教室* (14:00~) 写経会* (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~ ②13:00~) 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~) 高齢者施設 ボランティア講座 (9:00~ 15:30)
29	30					
法廷停電検査 (8:30~ 12:30)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体操* (13:30~)			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/>

