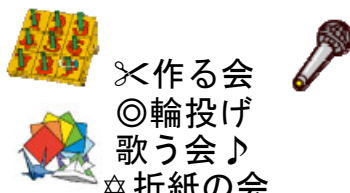







文京福祉センター江戸川橋 11月予定表

* **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
 ✂作る会 ◎輪投げ 歌う会♪ ☆折紙の会 どなたでも参加できます		文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 				福祉センター祭り 
3	4	5	6	7	8	9
福祉センター祭り 	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~)	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~ ② 10:45~ ③ 13:30~ 元気でいきいき教室 「コーディネーション トレーニング」* (14:00~)	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~)	*スポーツ吹矢教室 (10:00~)
10	11	12	13	14	15	16
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 13:30~ 元気でいきいき教室 「コーディネーション トレーニング」* (14:00~)	リフレッシュUP体操* (10:30~) *脳トレ まーじゃんサロン ① 10:00~ ② 13:30~	*LIEN クッキング (10:30~)
17	18	19	20	21	22	23
11月17日  将棋の日	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~)	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~ ② 10:45~ ③ 13:30~ 元気でいきいき教室 「コーディネーション トレーニング」* (14:00~)	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~)	*スポーツ吹矢教室 (10:00~) ガーデニング講座* (13:30~)
24	25	26	27	28	29	30
緑が和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~)	囲碁交流会 (9:30~) ◎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 13:30~ 元気でいきいき教室 「コーディネーション トレーニング」* (14:00~)	リフレッシュUP体操* (10:30~) *脳トレ まーじゃんサロン ① 10:00~ ② 13:30~	*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/>

