





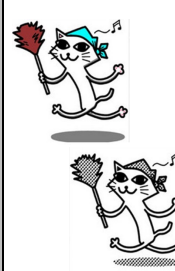





# 文京福祉センター江戸川橋 12月予定表

\* **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								
奇術の日ワン・ツー・スリー マジシャン公演  大人の塗り絵の会* (13:30~)	<b>英会話教室*</b> (初級10:00~ 中級13:00~)  リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  <b>なごやかクラブ*</b> (10:00~)	<b>和太鼓教室*</b> (10:00~)  ✕作る会 (10:00~)  からだ コンディショニング (10:30~)	<b>脳トレ!筋トレ!リズム!</b> * ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:30~  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 「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 (①10:00~ ②13:30~)	<b>*スポーツ 吹矢教室</b> (10:00~)								
8	9	10	11	12	13	14								
	<b>英会話教室*</b> (初級10:00~ 中級13:00~)  リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  <b>なごやかクラブ*</b> (10:00~)  健康相談 (13:15~)  ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~)  からだ コンディショニング (10:30~)  <b>*社交ダンス教室</b> (14:00~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズム!</b> * ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 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~)	<b>*LIEN クッキング</b> (10:30~)								
15	16	17	18	19	20	21								
大人の塗り絵の会* (13:30~)	<b>英会話教室*</b> (初級10:00~ 中級13:00~)  リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  <b>なごやかクラブ*</b> (10:00~)	<b>高齢者マッサージ サービス*</b> (10:00~)  <b>和太鼓教室*</b> (10:00~)  ✕作る会 (10:00~)  からだコンディショニング (10:30~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズム!</b> * ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 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~)	<b>*スポーツ 吹矢教室</b> (10:00~)  <b>*みんなで 歌いましょう♪</b> (10:00~)  <b>ガーデニング 講座*</b> (13:30~)								
22	23	24	25	26	27	28								
クリスマス会 (14:00~)	リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)  <b>なごやかクラブ*</b> (10:00~)  ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~)  <b>写経会*</b> (14:00~)  <b>*社交ダンス教室</b> (14:00~)	12月26日  ジャイアンツの日	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~)	12月28日  身体検査の日								
29	30	31	休館日 				休館日 				休館日 			
				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/>

