


4月 文京福祉センター江戸川橋 4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
					リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00~ ②13:30~	*アボック 吹奏教室 (10:00~) 中止
4	5	6	7	8	9	10
大人の塗り絵の会* (13:30~)	リフレッシュ UP体 操* ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) 寿カラオケ教室 (13:30~) 中止	高齢者マッサージ サービス* (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! リズミトレ! ① 9:30~ ②11:00~ ③13:30~	リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ 脳トレ 麻書* (初級10:00~ 中級10:00~) 中止	4月10日  駅弁の日
11	12	13	14	15	16	17
4月11日 Guts!!  ガッツポーズの日	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体 操* ①13:30~ ②14:30~	◎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~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) からだ コンテ イヨング* (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズミトレ! ① 9:30~ ②11:00~ ③13:30~	リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00~ ②13:30~	*アボック 吹奏教室 (10:00~) *LIFEN クラブ* (10:30~) 和紙ちぎり絵 教室* (13:30~) 中止
18	19	20	21	22	23	24
大人の塗り絵の会* (13:30~) マスクを作ろう会* (13:30~)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体 操* ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) 寿カラオケ教室 (13:30~) 中止	高齢者マッサージ サービス* (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! リズミトレ! ① 9:30~ ②11:00~ ③13:30~	リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ 脳トレ 麻書* (初級10:00~ 中級10:00~) 健康相談 (13:15~) 中止	*みんなで 歌いませぬ! (10:00~) ガーデニング 講座* (13:30~)
25	26	27	28	29	30	
緑が和café* (10:00~) スマホ勉強会* (14:00~)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体 操* ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) ☆折紙の会 (13:30~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) からだ コンテ イヨング* (10:30~) 写経会* (14:00~)		リフレッシュ UP体 操* ①10:30~ ②11:30~ *オンラインサロン (麻書・園書・特撰) ①10:00~ ②13:30~	文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 

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 (予約制)

文京福祉センター江戸川橋
 03-5940-2901
<http://care-net.biz/13/lien/>

