

文京福祉センター江戸川橋 月間予定表

住所：文京区小日向2-16-15 TEL：03-5940-2901



公式ホームページ
QRコード



8
-2024-



日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

28 	29	30 	31	1 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	2 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~	3 昔あそび体験 10:00~ 写真講座 13:30~
4 手芸の広場 10:00~ *大人の塗り絵 13:30~	5 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	6 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ *寿カラオケ教室 13:30~	7 *和太鼓教室 経験者 9:30~ 初心者 11:15~ からだ コンディショニング 10:30~	8 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ *俳句講座 13:30~	9 *麻雀教室 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~ *スマホ教室 14:00~ *書道教室 14:00~ 	10 盆踊り 13:30~ 
11 *切り絵ランプ づくり 13:30~ *ボイトレ 19:00~	12 ITよろず相談所 10:00~ *呼吸DEヨガ 10:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	13 輪投げ 10:00~ 健康相談 13:15~ 折紙の会 13:30~	14 歌う会 9:00~	15 	16 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~	17 昔あそび体験 10:00~ *ジオラマづくり 13:30~
18 手芸の広場 10:00~ *大人の塗り絵 13:30~	19 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	20 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ *寿カラオケ教室 13:30~ お食事の よろず相談 14:00~	21 *和太鼓教室 経験者 9:30~ 初心者 11:15~ からだ コンディショニング 10:30~	22 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ *俳句講座 13:30~	23 *麻雀教室 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~ 健康相談 13:15~ *スマホ教室 14:00~	24  *書道教室 14:00~
25 シネマサロンSP 13:00~ *ムード歌謡の タベ 16:00~ *ボイトレ 19:00~	26 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ ITよろず相談所 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	27 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ 折紙の会 13:30~	28 歌う会 9:00~ からだ コンディショニング 10:30~ *写経会 14:00~ *カクテル講座 14:00~	29 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	30 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~	31 *みんなで 歌いましょう♪ 10:00~ 編集・ ライティング講座 13:30~

*印の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。

開館時間 9:00~21:30 休館日 年末年始 一般入浴 月~土 12:00~16:00