

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



10  
-2025-



公式ホームページ  
QRコード

日	月	火	水	木	金	土
※開催日時は状況に応じて変更になる場合がございます。 あらかじめご了承下さい。			1  からだ コンディショニング 10:00～	2  *エステ体験 10:00～	3 *リフレッシュ UP体操 ①10:30～ ②11:30～ *まーじゃん サロン ①10:00～ ②13:30～	4  ディスコホール 10:00～  セカンドステージ サポートゼミ 13:30～
5  15時まで 臨時休館 (15時以降 は開館)	6 *英会話教室 ①9:15～ ②11:00～ ③13:30～ *リフレッシュ UP体操 ①13:30～ ②14:30～	7  輪投げ 10:00～  *BFCボランティア 10:00～	8 歌う会 9:00～ *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 10:00～	9 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～ *俳句講座 13:30～	10 *麻雀教室 10:00～ *リフレッシュ UP体操 ①10:30～ ②11:30～ *スマホ教室 14:00～	11  高齢者施設 ボランティア講座 10:00～
12 手芸の広場 10:00～ *切り紙で遊ぼう 13:30～ 祝日プログラム 10:30～ ITよろず相談所 10:00～	13 *英会話教室 ①9:15～ ②11:00～ ③13:30～ *リフレッシュ UP体操 ①13:30～ ②14:30～	14 輪投げ 10:00～ *ほがらかクラブ 10:00～ 健康相談 13:15～ 折紙の会 13:30～	15 からだ コンディショニング 10:00～ *写経会 14:00～	16 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～	17 *まーじゃん サロン ①10:00～ ②13:30～ *リフレッシュ UP体操 ①10:30～ ②11:30～	18  高齢者施設 ボランティア講座 10:00～
19 手芸の広場 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～	20 *英会話教室 ①9:15～ ②11:00～ ③13:30～ *リフレッシュ UP体操 ①13:30～ ②14:30～	21 輪投げ 10:00～ *ほがらかクラブ 10:00～ お食事の よろず相談 14:00～	22 歌う会 9:00～ *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 10:00～ *BFCボランティア 10:00～	23 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～ *俳句講座 13:30～	24*麻雀教室 10:00～ *リフレッシュ UP体操 ①10:30～ ②11:30～ 健康相談 13:15～ *スマホ教室 14:00～	25  ハロウィン イラスト
26 *みんなで 歌いましょう♪ 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～ *クリエイト ワークス 14:00～	27*英会話教室 ①9:15～ ②11:00～ ③13:30～ ITよろず相談所 10:00～ *リフレッシュ UP体操 ①13:30～ ②14:30～	28  輪投げ 10:00～ 折紙の会 13:30～	29 からだ コンディショニング 10:00～	30 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ②11:15～ ③13:30～	31  ハロウィン イラスト	1  神無月 イラスト

\*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