

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



7
-2026-



日	月	火	水	木	金	土
28 	※開催日時は状況に応じて変更となる場合がございます。 あらかじめご了承下さい。 		1 *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～	2 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ② 11:15～ ③ 13:30～	3 *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～ *書道教室 14:00～	4 落語会 13:30～ *元気で いきいき教室 14:00～
5 手芸の広場 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～	6 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～	7 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *ほがらか食事会 11:00～ *寿カラオケ教室 13:30～	8 歌う会 9:00～ からだ コンディショニング 10:00～ *気功太極拳 14:00～	9 *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～	10 *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～	11 *リアン クッキング 10:30～ *元気で いきいき教室 14:00～
12 *ちぎり絵教室 13:30～ *BFCボランティア 10:00～	13 ITよろず 相談所 10:00～ *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～	14 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *なごやかサロン 10:00～ 健康相談 13:15～ 折紙の会 セカンドステージサポートセミ 13:30～	15 *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～	16 	17 *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～ *書道教室 14:00～	18
19 手芸の広場 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～	20 *レッツステップ 10:30～ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30～ ② 14:30～	21 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *ほがらか食事会 11:00～ *寿カラオケ教室 13:30～	22 歌う会 9:00～ からだ コンディショニング 10:00～ *BFCボランティア 10:00～ *写経会 14:00～	23 *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～	24 *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～	25 *みんなで 歌いましょう♪ 10:00～ シネマサロン 13:30～
26 *アートサロン 13:30～ *クリエイト ワークスSP 『スマホポーチ づくり』 13:30～	27 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～	28 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *なごやかサロン 10:00～ 折紙の会 セカンドステージサポートセミ 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～ ② 11:15～ ③ 13:30～	31 *リフレッシュ UP体操 ① 10:30～ ② 11:30～	1

*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