

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



9
-2026-



公式ホームページ
QRコード

日	月	火	水	木	金	土
30 	31 	1 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *ほがらか食事会 11:00～	2 *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～	3 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ② 11:15～ ③ 13:30～	4 *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～	5
6 手芸の広場 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～	7 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～	8 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *なごやかサロン 10:00～ 折紙の会 13:30～ 健康相談 13:15～	9 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～	10 *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～	11 *リフレッシュ UP体操 ① 10:30～ ② 11:30～ *スマホ教室 14:00～ *元気で いきいき教室 14:00～	12
13 *ちぎり絵教室 13:30～ *BFCボランティア 10:00～	14 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～	15 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *ほがらか食事会 11:00～ セカンドステージ サポートセミ 13:30～	16 *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～	17 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45～ ② 11:15～ ③ 13:30～	18 *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～ *元気で いきいき教室 14:00～	19 *リアン クッキング 10:30～ *ディスコホール 13:30～
20 手芸の広場 10:00～ *大人の塗り絵 13:30～	21 敬老会 10:00～ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30～ ② 14:30～	22 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ 折紙の会 13:30～	23 歌う会 9:00～ からだ コンディショニング 10:00～	24 *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～	25 *リフレッシュ UP体操 ① 10:30～ ② 11:30～ *書道教室 14:00～ 健康相談 13:15～	26 *みんなで 歌いましょう♪ 10:00～ シネマサロン 13:30～
27 *アートサロン 13:30～	28 *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～	29 ボッチャ 10:00～ 輪投げ 10:00～ *なごやかサロン 10:00～ セカンドステージ サポートセミ 13:30～	30 *BFCボランティア 10:00～ *写経会 14:00～	※開催日時は状況に応じて変更となる場合がございます。 あらかじめご了承ください。 		

*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