

きずな

〒112-0006 東京都文京区小日向2丁目16番地15号
TEL: 03-5940-2901 FAX: 03-5940-2902
メール: edogawabashi@team-lien.com ホームページ: <http://care-net.biz/13/lien/>

公式ホーム
ページの
QRコード⇒



令和元年度の『後期』がスタート！お申込み随時受付中です♪

申込締切	講座名	曜日	期間	回数	費用(1回)
10/9	ほがらか食事会	火曜	10～3月	全10回	1,000円(都度)
10/9	なごやかサロン	火曜	10～3月	全12回	300円(都度)
9/30	和太鼓教室	水曜	10～12月	全6回	1,500円(都度)
9/23	からだコンディショニング	水曜	10～12月	全12回	無料
9/23	脳トレ!筋トレ!リズムトレ!	木曜	10～3月	全23回	300円(都度)
9/26	俳句講座	木曜	10～12月	全6回	6,000円(初回)
9/24	大人の書道教室	金曜	10～3月	全12回	1,500円(都度)

2026年度 後期 ※「なごやかサロン」お申込みの方を優先します

ほがらか食事会

日中ご自宅でおひとり4名を対象とした簡単な食事会と懇話会

【活動内容】
季節の食材を使った料理や季節行事、お祝いなどの簡単な料理作り、楽しくおしゃべりしながらおしゃべりもします。おしゃべりや食事のあつたい、おしゃべりなど、みんなで楽しくおしゃべりしましょう。

【活動場所】
文京福祉センター江戸川橋
文京区小日向2丁目16番地15号
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

2026年度 前期 ※「ほがらか食事会」お申込みの方を優先します

なごやかサロン

日中ご自宅でおひとり4名を対象とした簡単な食事会と懇話会

【活動内容】
季節の食材を使った料理や季節行事、お祝いなどの簡単な料理作り、楽しくおしゃべりしながらおしゃべりもします。おしゃべりや食事のあつたい、おしゃべりなど、みんなで楽しくおしゃべりしましょう。

【活動場所】
文京福祉センター江戸川橋
文京区小日向2丁目16番地15号
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

和太鼓教室

【費用】
1,500円/1回
【対象】
60歳以上の市民の方
【定員】
各20名(抽選)
【講師】
長谷川孝子氏
【日程】
10月 11月 12月
7日 4日 2日
21日 18日 16日
【申込】
お申し込みは
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

脳トレ!筋トレ!リズムトレ!

【費用】
1,500円/1回
【対象】
60歳以上の市民の方
【定員】
各20名(抽選)
【講師】
長谷川孝子氏
【日程】
10月 11月 12月
7日 4日 2日
21日 18日 16日
【申込】
お申し込みは
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

俳句で遊ぶ

【費用】
1,500円/1回
【対象】
60歳以上の市民の方
【定員】
各20名(抽選)
【講師】
長谷川孝子氏
【日程】
10月 11月 12月
7日 4日 2日
21日 18日 16日
【申込】
お申し込みは
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

大人の書道教室

【費用】
1,500円/1回
【対象】
60歳以上の市民の方
【定員】
各20名(抽選)
【講師】
長谷川孝子氏
【日程】
10月 11月 12月
7日 4日 2日
21日 18日 16日
【申込】
お申し込みは
文京福祉センター江戸川橋
TEL: 03-5940-2901

※各講座・教室の詳しい情報はホームページまたは館内掲示より、「チラシ」をご確認ください。

『高齢者施設ボランティア講座』のご案内

人生100年時代に
必要な知識を!!



10月17日(土)
10月24日(土)
10時～15時半
+ボランティア
体験日
参加費:
450円程度
定員:30名

文京区の隠れたスポット ⑨0

☆洋菓子専門店「パティスリー ヒヤマ」☆

「Patisserie Hiyama」

文京区に創業して8年のお洒落な洋菓子店です。旬の新鮮な果物を使用した季節限定のケーキや、厳選した素材、特に卵にこだわっているそうです。保存料を使用しない素朴でやさしい味わいの焼き菓子も人気で、オンラインショップもあります。

【施設情報】

住所: 文京区大塚4-1-11
電話: 03-3945-3585
アクセス: 都バス「千石三丁目」下車 徒歩1分
丸の内線「新大塚駅」から徒歩10分

