



暦の上では涼風の吹くころとなりましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。みなさまお元気でお過ごしでしょうか。さて、今回ご紹介する文京区の人々に愛される飲食店は、御茶ノ水 小川軒です。創業30年。洋菓子の「レイズンウイッチ」で有名な小川軒ですが、地下一階はレストランになっています。ハンバーグステーキやビーフシチューなど、これまで脈々と受け継がれてきた味わいが評判です。大きさが選べるハンバーグは、肉の旨味がしっかり味わえる絶品。ランチもディナーも予約なしではなかなか入れない人気ぶりで、多くの人に愛されていますよ。

お楽しみ講座 開催 10月のお知らせ

※60歳以上の文京区在住の方を対象とした講座です
※参加希望の方は、事前に事務所受付または電話でお申し込み下さい。

《じっくり歌いましょう》

- ◇10/20(金) 10:00~11:30 ◇費用:無料
- ◇講師:大石誠氏 ◇定員:25名(抽選)
- ※区報9/10号掲載後募集開始
- 申し込み〆切 10/4

申込制

《折り紙の会》

- ◇10/7(土) 10:00~11:30 ◇費用:無料
- ◇講師:和田敏子氏 ◇製作作品は未定
- ◇定員:12名(抽選) 〆切9/21
- 持ち物:折り紙・大和のり・速乾性ボンド
はさみ・鉛筆・ものさし(20cm位)・クリップ
ようじ(数本)・水分補給用飲み物
- ※ただし、製作作品により折り紙の
大きさ等変わるので、確認してください

申込制



《手芸の会》~リボンフラワー~

- ◇10/28(土) 10:00~11:30
 - ◇講師:金子登美子氏
 - ◇費用:500円前後(材料費)
 - ◇製作作品「ユーカリ」
 - ◇定員:10名(先着順) 〆切 10/12
 - ◇持ち物:はさみ、ものさし、水分補給用飲み物
- ### 《布ぞうりの会》
- ◇10/21(土) 10:00~13:00
 - ◇講師:中嶋廣子氏
 - ◇費用:300~500円程度(材料費)
 - ※ご自宅にある布をお持ちください。
 - ◇定員:10名(先着順) 〆切 10/5
 - ◇持ち物:水分補給用飲み物

申込制



申込制



脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!

- ◇毎週月曜日
午後2グループ制で行います。
①13:30~14:30 ②14:45~15:45
- ◇費用:1回300円
- ◇対象:65歳以上の文京区民の方
- ◇年2回募集(4月・10月開始)
- ※9月より10月から始まる後期講座の
募集を始めます。
希望者は受付までお声掛けください。

ドコモスマホ教室

- ◇10/20(金)14:00~15:30 ◇費用:300円
- ◇講師 NTTドコモスタッフ ◇定員:5名(抽選)
- ◇携帯電話の機種は問いません 〆切10/13
- ◇対象:60歳以上の文京区民の方

申込制



レクリエーションルーム

- ◇輪投げ・モルック・室内ペタンク体を動かすゲーム
どれでも自由に
- ◇開催日は事務所受付に確認してください
- ◇13:30~15:30
- ◇対象:60歳以上の文京区民の方
- ◇費用:無料

大人の呼吸でヨガ 10月は10日(火)です
Let'sスマイル 10月は24日(火)です

※ 詳細は事務所受付または電話でお申し込みお問い合わせ下さい。