

12月 文京福祉センター江戸川橋 12月予定表

* **太字**になっている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。

日	月	火	水	木	金	土
12/30	12/31					1
休館日 	休館日 	 ✕作る会 ◎輪投げ 歌う会♪ ☆折紙の会 どなたでも参加できます		文京福祉センター 江戸川橋HP QRコード 		*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)
2	3	4	5	6	7	8
奇術の日ワン・ツー・スリー マジシャン公演 (11:00~) 大人の塗り絵の会* (13:30~)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~)	和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだコンディショニング (10:30~) 元気でいきいき教室 「社交ダンス講座」* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズミトレ! ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	リフレッシュ UP体操* (10:30~) *脳トレ まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)	*LIEN クッキング (10:30~)
9	10	11	12	13	14	15
	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) コントラクト ブリッジ教室* (10:00~) 健康相談 (13:15~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) からだ コンディショニング (10:30~) 元気でいきいき教室 「社交ダンス講座」* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズミトレ! ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	リフレッシュ UP体操* (10:30~) 脳トレ 麻雀教室* (初級10:00~ 中級13:00~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~)
16	17	18	19	20	21	22
大人の塗り絵の会* (13:30~)	英会話教室* (初級10:00~ 中級13:00~) リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~)	高齢者マツサージ サービス* (10:00~) 和太鼓教室* (10:00~) ✕作る会 (10:00~) からだコンディショニング (10:30~) 元気でいきいき教室 「社交ダンス講座」* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズミトレ! ① 9:30~ ② 10:45~ ③ 13:15~ ④ 14:30~	リフレッシュ UP体操* (10:30~) *脳トレ まーじゃんサロン (①10:00~ ②13:30~)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~) ガーデニング 講座* (13:30~)
23	24	25	26	27	28	29
縁が和 café* (10:00~)	リフレッシュ UP体操* (13:30~) クリスマス パーティー (14:00~)	◎輪投げ (10:00~) なごやかクラブ* (10:00~) コントラクト ブリッジ教室* (10:00~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) Let's ステップ* (10:30~) 写経会* (14:00~)		リフレッシュ UP体操* (10:30~) 脳トレ 麻雀教室* (初級10:00~ 中級13:00~) 健康相談 (13:15~)	休館日 

開館時間：9時～21時30分

休館日：年末年始

☎一般入浴：月～土 12時～16時まで



文京福祉センター江戸川橋

03-5940-2901

<http://care-net.biz/13/lien/>

