

6月 文京福祉センター江戸川橋 6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
6/30						1
アインシュタイン 記念日 	 ✂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～) サポートゼミ スタートアップ講座 地域デビュー事始 (13:00～)
2	3	4	5	6	7	8
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～) 寿カラオケ教室* (13:30～)	和太鼓教室* (10:00～) ✂作る会 (10:00～) からだ コンテ・イヨング (10:30～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②10:45～ ③13:00～	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
誕生日 	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～) 健康相談 (13:15～) ☆折紙の会 (13:30～)	歌う会♪ (9:30～) からだ コンテ・イヨング (10:30～) *社交ダンス教室 (14:00～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②10:45～ ③13:00～ 元気でいきいき教室 「スマホ講座」* (13:30～)	リフレッシュ UP体操* (10:30～) *脳トレ 麻雀教室* (初級10:00～ 中級10:00～)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00～)
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～) 寿カラオケ教室* (13:30～)	高齢者マッサージ サービス* (10:00～) 和太鼓教室* (10:00～) ✂作る会 (10:00～) からだコンテ・イヨング (10:30～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②10:45～ ③13:00～ 元気でいきいき教室 「スマホ講座」* (13:30～)	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～)	ガーデニング 講座* (13:30～)
23	24	25	26	27	28	29
縁が和 café* (10:00～)	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～) ☆折紙の会 (13:30～)	歌う会♪ (9:30～) からだ コンテ・イヨング (10:30～) 社交ダンス教室* (14:00～) 写経会* (14:00～)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:30～ ②10:45～ ③13:00～ 将棋交流会 (9:30～)	リフレッシュ UP体操* (10:30～) 脳トレ 麻雀教室* (初級10:00～ 中級10:00～) 健康相談 (13:15～)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00～) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00～)

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/>

