

3月 文京福祉センター江戸川橋 3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
1	2	3	4	5	6	7
大人の塗り絵の会* (13:30~) ひなまつり Party! (14:00~) 	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~) ドコモ 出張スマホ教室 (13:30~)	✕作る会 (10:00~) 和太鼓教室* (10:00~) からだ ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:30~	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~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)
8	9	10	11	12	13	14
3月8日は ミツバチの日 	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 ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (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~ ③13:30~	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~)
15	16	17	18	19	20	21
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~) ドコモ 出張スマホ教室 (13:30~)	✕作る会 (10:00~) 和太鼓教室* (10:00~) からだ ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~)	3月19日  ミュージックの日	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~)	*スポーツ 吹矢教室 (10:00~)
22	23	24	25	26	27	28
ディスコ パーティー (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~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) からだ ｺﾝﾃﾞｲｼﾞｮﾝｸﾞ (10:30~) 写経会* (14:00~)	脳トレ! 筋トレ! リズムトレ* ① 9:30~ ②10:45~ ③13:30~	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~) 健康相談 (13:15~)	*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~) ガーデニング 講座* (13:30~) セカンドステージ サポート・ゼミ (13:00~)
29	30	31				
縁が和café* (10:00~) シネマサロン江戸川橋SP 「未定」 (13:30~)	リフレッシュ UP体操* (13:30~)	◎輪投げ (10:00~)		 ✕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 

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/>

