





9月 文京福祉センター江戸川橋 9月予定表

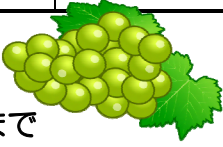
* **太字**になっているプログラムに関しては、費用がかかります。詳細はチラシ等をご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
 <p>✂作る会 ◎輪投げ 歌う会♪ ☆折紙の会 どなたでも参加できます</p>				<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 10:30~ ② 11:30~</p> <p>まーじゃんサロン*</p> <p>① 10:00~ ② 13:30~</p>	<p>*e-スポーツ (10:00~)</p> <p>セカンドステージ サポートナビ 「人と人をつなぐ デザイン基礎講座」 (13:30~)</p>
4	5	6	7	8	9	10
<p>大人の塗り絵の会* (13:30~)</p>	<p>英会話教室* (初級 10:00~ 中級 13:00~)</p> <p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 13:30~ ② 14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p>	<p>和太鼓教室* (経験者 9:30~ 初心者 11:15~)</p> <p>✂作る会 (10:00~)</p> <p>からだコンテ'イヨング' (10:30~)</p> <p>元気でいきいき教室 「紙バンドクラブ」* (14:00~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 10:30~ ② 11:30~</p> <p>*オンラインサロン (麻雀・囲碁・将棋) (10:00~)</p> <p>NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)</p>	<p>*LINE 中止 (10:30~)</p>
11	12	13	14	15	16	17
<p>和紙ちぎり絵教室* (13:30~)</p>	<p>インターネット よろず相談所 (10:00~)</p> <p>英会話教室* (初級 10:00~ 中級 13:00~)</p> <p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 13:30~ ② 14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p> <p>健康相談 (13:15~)</p> <p>☆折紙の会 (13:30~)</p> <p>お食事の よろず相談所 (14:00~)</p>	<p>歌う会♪ (9:30~)</p> <p>からだ コンテ'イヨング' (10:30~)</p> <p>元気でいきいき教室 「紙バンドクラブ」* (14:00~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 10:30~ ② 11:30~</p> <p>まーじゃんサロン*</p> <p>① 10:00~ ② 13:30~</p>	<p>*e-スポーツ (10:00~)</p> <p>セカンドステージ サポートナビ 【事業オリエン テーション】 (13:30~)</p> <p>ガーデニング 講座* (13:30~)</p>
18	19	20	21	22	23	24
<p>大人の塗り絵の会* (13:30~)</p>	<p>敬老会 (10:00~)</p> <p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 13:30~ ② 14:30~</p> 	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>なごやかクラブ* (10:00~)</p>	<p>✂作る会 (10:00~)</p> <p>和太鼓教室* (経験者 9:30~ 初心者 11:15~)</p> <p>からだ コンテ'イヨング' (10:30~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p> <p>9月23日 マットストレッチ* (13:30~)</p>	<p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 10:30~ ② 11:30~</p> <p>*オンラインサロン (10:00~)</p> <p>健康相談 (13:15~)</p> <p>*NTTドコモ スマホ教室 (14:00~)</p>	<p>*みんなで 歌いましょう♪ (10:00~)</p> <p>シネマサロン 江戸川橋 (14:00~)</p>
25	26	27	28	29	30	
<p>縁が和café* (10:00~)</p> <p>スマホ勉強会* (14:00~)</p> <p>*フェルトの お花を作ろう (14:00~)</p>	<p>英会話教室* (初級 10:00~ 中級 13:00~)</p> <p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 13:30~ ② 14:30~</p>	<p>◎輪投げ (10:00~)</p> <p>☆折紙の会 (13:30~)</p>	<p>歌う会♪ (9:30~)</p> <p>からだ コンテ'イヨング' (10:30~)</p> <p>写経会* (14:00~)</p>	<p>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ!</p> <p>① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~</p>	<p>リフレッシュUP体操*</p> <p>① 10:30~ ② 11:30~</p> <p>まーじゃんサロン*</p> <p>① 10:00~ ② 13:30~</p>	<p>文京福祉 センター 江戸川橋HP QRコード</p> 

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/>

