




\* **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
12/31					1	2
<b>休館日</b> 	✕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 		<b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①10:30~ ②11:30~ <b>まーじゃんサロン*</b> (①10:00~ (②13:30~)	e-スポーツ (10:00~) セカンドステージ サポートナビ 「インタビュー原稿 校正チェック」 (13:30~)	
3	4	5	6	7	8	9
奇術の日 ワン・ツー・スリー マジシャン公演 (14:00~)	<b>英会話教室*</b> ①9:15~ ②11:00~ ③13:30~ <b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) <b>ほがらかクラブ*</b> (10:00~)	<b>高齢者マッサージ サービス*</b> (10:00~) <b>和太鼓教室*</b> (経験者 9:30~ (初心者 11:15~) ✕作る会 (10:00~) からだコンディショニング (10:30~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ*</b> ① 9:45~ ②11:15~ ③13:30~	<b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①10:30~ ②11:30~ <b>*麻雀教室</b> (初級10:00~ (中級10:00~) <b>*NTTDコモ スマホ教室</b> (14:00~)	12月9日  障害者の日
10	11	12	13	14	15	16
<b>和紙ちぎり絵 教室*</b> (13:30~) <b>大人の塗り絵の会*</b> (13:30~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) <b>英会話教室*</b> ①9:15~ ②11:00~ ③13:30~ <b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) <b>ほがらかクラブ*</b> (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~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ*</b> ① 9:45~ ②11:15~ ③13:30~ <b>俳句講座*</b> (14:00~)	<b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①10:30~ ②11:30~ <b>まーじゃんサロン*</b> (①10:00~ (②13:30~)	e-スポーツ (10:00~) <b>ガーデニング 講座*</b> (13:30~)
17	18	19	20	21	22	23
<b>大人の塗り絵の会*</b> (13:30~) <b>スマホ勉強会*</b> (14:00~) <b>クリエイト ワークス*</b> (10:00~)	<b>英会話教室*</b> ①9:15~ ②11:00~ ③13:30~ <b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) <b>ほがらかクラブ*</b> (10:00~)	<b>高齢者マッサージ サービス*</b> (10:00~) <b>和太鼓教室*</b> (経験者 9:30~ (初心者 11:15~) ✕作る会 (10:00~) からだコンディショニング (10:30~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ*</b> ① 9:45~ ②11:15~ ③13:30~	<b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①10:30~ ②11:30~ <b>*麻雀教室</b> (初中級10:00~ 健康相談 (13:15~) <b>*NTTDコモ スマホ教室</b> (14:00~)	<b>*みんなで 歌いましょう</b> (10:00~)
24	25	26	27	28	29	30
<b>クリスマス会</b> (14:00~)	インターネット よろず相談所 (10:00~) <b>英会話教室*</b> ①9:15~ ②11:00~ ③13:30~ <b>リフレッシュ UP体 操*</b> ①13:30~ ②14:30~	◎輪投げ (10:00~) <b>ほがらかクラブ*</b> (10:00~) ☆折紙の会 (13:30~)	歌う会♪ (9:30~) <b>写経会*</b> (14:00~)	<b>脳トレ! 筋トレ! リズムトレ*</b> ① 9:45~ ②11:15~ ③13:30~ <b>俳句講座*</b> (14:00~)	<b>休館日</b> 	<b>休館日</b> 

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/>

