

# 文京福祉センター江戸川橋 月間予定表

住所：文京区小日向2-16-15 TEL：03-5940-2901



公式ホームページ  
QRコード



5  
-2024-



日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

28 	29 	30	1 からだ コンディショニング 10:30~	2 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	3 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~	4 
5 こどもまつり 10:00~ 	6 *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	7 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ *寿カラオケ教室 13:30~	8 歌う会 9:00~ *和太鼓教室 経験者 9:30~ 初心者 11:15~ からだ コンディショニング 10:30~	9 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ *俳句講座 14:00~	10 *麻雀教室 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~ *スマホ教室 14:00~	11 e-スポーツ 10:00~
12 手芸の広場 10:00~ *大人の塗り絵 13:30~ *ちぎり絵教室 13:30~	13 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ ITよろず相談所 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	14 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ 健康相談 13:15~ 折紙の会 13:30~	15 からだ コンディショニング 10:30~	16 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	17 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~	18 
19 手芸の広場 10:00~ *クリエイティブ ワークス 14:00~	20 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	21 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ *寿カラオケ教室 13:30~	22 歌う会 9:00~ *和太鼓教室 経験者 9:30~ 初心者 11:15~ からだ コンディショニング 10:30~ *写経会 14:00~	23 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~ *俳句講座 14:00~	24 *麻雀教室 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~ 健康相談 13:15~ *スマホ教室 14:00~	25 e-スポーツ 10:00~ *みんなで 歌いましょう♪ 10:00~ *シネマサロン 13:30~
26 *大人の塗り絵 13:30~	27 *英会話教室 ① 9:15~ ② 11:00~ ③ 13:30~ ITよろず相談所 10:00~ *リフレッシュ UP体操 ① 13:30~ ② 14:30~	28 輪投げ 10:00~ *ほがらかクラブ 10:00~ 折紙の会 13:30~	29 からだ コンディショニング 10:30~	30 *脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! ① 9:45~ ② 11:15~ ③ 13:30~	31 *まーじゃん サロン ① 10:00~ ② 13:30~ *リフレッシュ UP体操 ① 10:30~ ② 11:30~	1 

\*印の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。

開館時間 9:00~21:30 休館日 年末年始 〰️一般入浴 月~土 12:00~16:00