

文京福祉センター湯島 7月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			※からだ コンディ ショニング (13:30~)	文の京 介護予防体操 (10:00~)	歌う会 (9:30~) 中止	折り紙の会 和田講師 (10:00~)
5	6	7	8	9	10	11
	※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (15:00~) 刺し子の会 (13:30~)	呼吸DE のびのび体操 (10:30~) (11:30~) 健康相談 (13:15~)	※からだ コンディ ショニング (13:30~)	文の京 介護予防体操 (10:00~)	※脳トレ 麻雀教室 (10:30~) 中止	
12	13	14	15	16	17	18
	※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (15:00~) 刺し子の会 (13:30~)	呼吸DE のびのび体操 (10:30~) (11:30~) 呼吸でヨガ (13:15~)	※高齢者マッサージ サービス (10:00~) ※からだコンディショ ニング (13:30~)	文の京 介護予防体操 (10:00~)	歌う会 (9:30~) 中止	布ぞうりの会 中嶋講師 (10:00~)
19	20	21	22	23	24	25
	※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (15:00~) 刺し子の会 (13:30~)	呼吸DE のびのび体操 (10:30~) (11:30~) 健康相談 (13:15~)	※からだ コンディ ショニング (13:30~)		歌う会 (9:30~) 中止 ※脳トレ 麻雀教室 (10:30~) 中止	※手芸の会 リボン フラワー 金子講師 (10:00~)
26	27	28	29	30	31	
シネマ サロン湯島 (13:30~)	※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (15:00~) 刺し子の会 (13:30~)	呼吸DE のびのび体操 (10:30~) (11:30~) Let'sスマイル (13:30~)	※からだ コンディ ショニング (13:30~)	文の京 介護予防体操 (10:00~)	童謡と なつかしい歌 榊原先生 (10:00~) 中止	

開館時間: 9:00~21:30 (老人福祉センターのご利用は9:00~17:00です)

休館日: 年末年始 入浴サービス: 火水金土 12:00~16:00

お問い合わせ: 文京福祉センター湯島 〒113-0033文京区本郷3-10-18

ホームページ: <http://care-net.biz/13/yushima/>

TEL03-3814-9245