























文京福祉センター湯島 9月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		 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 介護予巨体操 (10:00~) 中止	 歌う会 (9:30~) 中止	 折り紙の会 和田講師 (10:00~)
6	7	8	9	10	11	12
	※俳句講座 (10:00~) ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (14:45~) 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(13:30~)	 ※からだ コンディ ショニング (13:30~)	文の京 介護予巨体操 (10:00~) 中止	 童謡と なつかしい歌 神原先生 (10:00~) 中止	
13	14	15	16	17	18	19
	※俳句講座 (10:00~) ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (14:45~) 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~)	 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 介護予巨体操 (10:00~) 中止	 歌う会 (9:30~) 中止	 布ぞうりの会 中嶋講師 (10:00~)
20	21	22	23	24	25	26
敬老の集い (10:00~) 	※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (14:45~) 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 介護予巨体操 (10:00~) 中止	 歌う会 (9:30~) 中止	 ※手芸の会 羊毛手芸 川上講師 (10:00~)
27	28	29	30			
シネマ サロン湯島 (13:30~)	※俳句講座 (10:00~) ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30~) (14:45~) 刺し子の会(13:30 ~)	 呼吸DE のびのび体操 (10:30~)(11:30 ~)				

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