

文京福祉センター湯島 5月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
						1  ※折り紙の会 神田講師 (10:00～) 事前予約 7名
2 	3 	4  呼吸DE のびのび体操 (10:15～) 健康相談 (13:15～)	5 	6 文の京 介護予防体操 (10:00～)	7  歌う会 (9:30～) ※脳トレ 麻生教室 (14:00～)	8 
9 	10 ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30～) (14:45～) 刺し子の会 (13:30～)	11  呼吸DE のびのび体操 (10:15～) 呼吸 吸ってガ (13:30～)	12  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～)	13 文の京 介護予防体操 (10:00～)	14 	15  布ぞうりの会 中嶋講師 (10:00～) 事前予約 9名程度
16 	17 ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30～) (14:45～) 刺し子の会 (13:30～)	18  呼吸DE のびのび体操 (10:15～) (11:15～) 健康相談 (13:15～)	19  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～)	20 文の京 介護予防体操 (10:00～)	21  歌う会 (9:30～)	22  ※手芸の会 和紙細工 中澤講師 (10:00～) 事前予約 8名
23 ※やってみよ うスマホ勉強 会 (14:00～)	24 ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30～) (14:45～) 刺し子の会 (13:30～)	25  呼吸DE のびのび体操 (10:15～) (11:15～) Let'sスマ イル(13:30～)	26  ※からだ コンディショニ ング (13:30～)	27 文の京 介護予防体操 (10:00～)	28  童謡となつかし歌 の会 神原講師 (10:00～) ※脳トレ 麻生教室 (14:00～)	29 
30  シネマ サロン湯島 (13:30～)	31 ※脳トレ! 筋トレ! リズムトレ! (13:30～) (14:45～) 刺し子の会 (13:30～)					

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