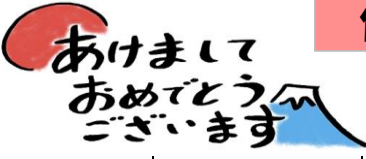










文京福祉センター湯島 1月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
						1
		休館日 (1/3まで)				休館日
2	3	4	5	6	7	8
休館日 	休館日	呼吸DE のびのび体操 (10:15~) (11:15~) 健康相談 (13:15~) ※寿カラオケ教室 (中止)	※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~) 抽選7名 ※脳トレ麻雀教 室 (13:30~)	※折り紙の会 和田講師 (10:00~) 抽選7名
9	10	11	12	13	14	15
写経・写仏 (14:00~) 当日先着8名	新年の集い 新春コンサート ①10:00~ ②11:00~	呼吸DE のびのび体操 (10:15~) (11:15~) 呼吸でヨガ (13:30~)	※からだ コンディショ ニング (13:30~)	文の京 介護予防体操 (10:00~)	※布ぞうりの会 中嶋講師 (10:00~) 抽選9名	
16	17	18	19	20	21	22
	※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 (10:15~) (11:15~) 健康相談 (13:15~) ※寿カラオケ教室 (中止)	※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~) 抽選7名 ※脳トレ麻雀教 室 (13:30~)	※手芸の会 リボンフラワー 金子講師 (10:00~) 抽選8名
23	24	25	26	27	28	29
	※元気で いきいき教室 (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 (10:15~) (11:15 ~) 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 歌の会 榊原講師 (10:00~) 抽選9名	
30	31					
 シネマ サロン湯島 (13:30~) 先着順15名 	※元気で いきいき教室 (10:00~) ※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 12:00~15:30(事前予約)

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