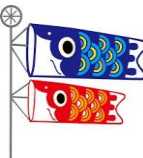










# 文京福祉センター湯島 5月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
写経・写仏 (14:00～) 当日先着8名	※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～)			※歌う会 (9:30～) 抽選7名	※折り紙の会 和田講師 (10:00～) 抽選 7名
8	9	10	11	12	13	14
	※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～) 呼吸でヨガ (13:30～)	※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～)	※脳トレ 麻痺教室 (13:30～)	
15	16	17	18	19	20	21
	※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～)	※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 ※ドコモスマホ 教室 (14:00～) 抽選 5名	※布ぞうりの 会 中嶋講師 (10:00～) 抽選 9名
22	23	24	25	26	27	28
	※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 歌の会 榊原講師 (10:00～) 抽選9名 ※脳トレ 麻痺教室 (14:00～)	※手芸の会 和紙細工 中澤講師 (10:00～) 抽選8名
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～) (14:45～) 刺し子の会 (13:30～)	呼吸DE のびのび体操 (10:15～) (11:15～)				

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 12:00～15:35(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

