











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
				文の京 介護予防体操 (10:00～)	※歌う会 (9:30～) 抽選8名	※折り紙の会 和田講師 (10:00～) 抽選12名
4	5	6	7	8	9	10
写経・写仏 (14:00～) 当日先着8名	※元気でいきいき教室 『絵手紙講座』 (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 (10:15～) (11:15～) 健康相談 (13:15～)	※高齢者 マッサージ サービス (10:00～) (11:15～) ※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～)		
11	12	13	14	15	16	17
	※元気でいきいき教室 『絵手紙講座』 (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 (10:15～) (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～)	※ドコモ スマホ教室 (14:00～) 抽選5名 費用300円	布ぞつりの会 中嶋講師 (10:00～) 先着10名
18	19	20	21	22	23	24
敬老の集い コンサート (①10:00～ ②11:00～) 	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～) (11:15～) ※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～)	※歌う会 (9:30～) 抽選8名	※手芸の会 ハーダンガー 刺繍 岡山講師 (10:00～) 先着10名
25	26	27	28	29	30	
シネマ サロン湯島 (13:30～) 	※元気でいきいき教室 『絵手紙講座』 (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 (10:15～) (11:15～) Let'sスマイル (13:30～)		文の京 介護予防体操 (10:00～)	※童謡と なつかしい 歌の会 神原先生 (10:00～) 抽選15名	