
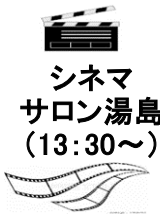




文京福祉センター湯島 5月の予定です

※印 事前登録制

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	※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~) 当日先着16名 	折り紙の会 和田講師 (10:00~) 事前申込抽選12名
7	8	9	10	11	12	13
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~) 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 麻雀教室 (13:30~)	
14	15	16	17	18	19	20
 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~) 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~)	※しぐり 歌いましょう 大石講師 (10:00~) 抽選25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~) 事前申込先着10名
21	22	23	24	25	26	27
	※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~)	※歌う会 (9:30~) 当日先着16名 ※脳トレ 麻雀教室 (14:00~)	※手芸の会 紙バンドクラブ 田所圭子 平 田香奈子 (10:00~) 事前申込先着10名
28	29	30	31			
	※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~)(11:15 ~)	※からだ コンディショニ ング (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