

# かがやき長寿ひろば入谷予定

2023年3月

日	月	火	水	木	金	土	
<b>講話サロン</b> 3月10日(金) 13時30分～ 「あなたの経験を活かしてみませんか」 講師：台東区社会福祉協議会 職員 定員：10名 事前予約制		<b>笑顔のつとめ</b> 3月15日(水) 13時30分～ 「成年後見制度について」 講師：台東区社会福祉協議会 職員 定員：15名 事前予約制		脳健康教室 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	介護予防教室 15:00～16:00 カラオケサロン	スマートフォン講習会 ことぶき教室 15:00～15:40 かがやき長寿体操	団体利用 13:30～14:30 ほのぼの寄席 事前予約制
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	
休業日	団体利用 13:00～14:00 塗り絵サロン スマートフォン講習会	介護予防教室 ことぶき教室 15:00～15:40 ほのぼのサロン	脳健康教室 ことぶき教室 15:00～16:00 カラオケサロン	介護予防教室 ことぶき教室 15:00～16:00 パーパークラフト	スマートフォン講習会 13:30～14:30 講話サロン 15:00～15:40 ほのぼのサロン	団体利用 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
休業日	大人の元気度 チェック教室	介護予防教室 ふれあい介護予防教室	脳健康教室 13:30～14:30 笑顔のつとめ 15:00～15:40 ほのぼのサロン	介護予防教室 13:00～14:00 カラオケサロン 団体利用	10:00～11:00 陳式太極拳入門 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～16:00 パーパークラフト	団体利用 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	
休業日	10:00～10:40 かがやき長寿体操 ことぶき教室 15:00～15:40 ほのぼのサロン	春分の日 休業日	脳健康教室 ことぶき教室 15:00～16:00 カラオケサロン	介護予防教室 ことぶき教室 15:00～15:40 かがやき長寿体操	10:00～11:00 気功太極拳入門 13:00～14:00 謎解きサロン 15:00～15:40 ほのぼのサロン	団体利用 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
休業日	10:00～11:00 書写 ことぶき教室 スマートフォン講習会	10:00～11:00 けん玉サロン 13:00～14:00 ペタンク 15:00～15:40 かがやき長寿体操	脳健康教室 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	10:00～11:00 カラオケサロン ことぶき教室 団体利用	団体利用 13:00～13:40 ほのぼのサロン 15:00～15:40 かがやき長寿体操	4月サロン 受付開始	

全て事前予約制です。会場または電話でお申し込みください。新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、サロン事業等を休止する場合があります。

各種教室 受講者が事前に決まっている教室のため  
 団体利用 当日の参加はできません。



かがやき長寿ひろば入谷  
 (入谷区民館)  
 住所：台東区入谷1-15-6  
 電話：03-3834-6370  
 (老人福祉センター内専用電話)  
 運営事業者：台東区社会福祉事業団  
 午前9時30分～午後4時30分  
 台東区在住の60歳以上の方

4月のサロンの予約は、3月24日から受付を開始します

利用時間：午前9時30分～午後4時30分  
 利用できる方：台東区在住の60歳以上の方