


三筋老人福祉館予定表

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
笑顔のつどい 8月9日(水) 午後1時30分～ 「在宅で長く過ごしたい」を 叶えるために 講 師：台東区在宅療養支援窓口 職員 個別相談：くらまえ地域包括支援センター職員 定 員：15名 事前予約制		9:30～10:30 脳トレサロン	脳の健康教室	9:30～10:30 ストレッチサロン	9:30～10:30 えんぴつで奥の細道 (書写)	9:30～10:30 脳トレサロン
		介護予防教室		スマートフォン講習会	11:00～12:00 えんぴつで奥の細道 (書写)	11:00～12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
		午後1:30～2:30 新フラダンスサロン	午後1:30～2:30 輪投げサロン	ことぶき教室	午後1:30～2:30 ストレッチサロン	午後1:30～2:30 数独サロン
		午後3:30～4:30 カラオケサロン	午後3:30～4:30 輪投げサロン	午後3:30～4:30 カラオケサロン	午後3:30～4:30 ペーパークラフト	午後3:30～4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
6	7	8	9	10	11	12
休館日	9:30～10:30 脳トレサロン	9:30～10:30 脳トレサロン	脳の健康教室	9:30～10:30 ストレッチサロン	山の日 休館日	9:30～10:30 脳トレサロン
	11:00～12:00 ペーパークラフト	介護予防教室		11:00～12:00 盆踊りで健康づくり		11:00～12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
	午後1:30～2:30 ちぎり絵サロン	午後1:30～2:30 新フラダンスサロン	午後1:30～2:30 笑顔のつどい	ことぶき教室		ことぶき教室
	午後3:30～4:30 ちぎり絵サロン	午後3:30～4:30 ストレッチサロン	午後3:30～4:30 輪投げサロン	午後3:30～4:30 カラオケサロン		午後3:30～4:30 カラオケサロン
13	14	15	16	17	18	19
休館日	9:30～10:30 脳トレサロン	9:30～10:30 ストレッチサロン	9:30～10:30 脳トレサロン	9:30～10:30 えんぴつで奥の細道 (書写)	9:30～10:30 数独サロン	9:30～10:30 脳トレサロン
	11:00～12:00 ペーパークラフト	介護予防教室	11:00～12:00 ストレッチサロン	11:00～12:00 えんぴつで奥の細道 (書写)	11:00～12:00 数独サロン	11:00～12:00 脳トレサロン
	団体使用	午後1:30～2:30 新フラダンスサロン	午後1:30～2:30 輪投げサロン	午後1:30～2:30 カラオケサロン	午後1:30～2:30 ペーパークラフト	午後1:30～2:30 カラオケサロン
		午後3:30～4:30 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)	午後3:30～4:30 輪投げサロン	設備点検	午後3:30～4:30 ペーパークラフト	午後3:30～4:30 カラオケサロン
20	21	22	23	24	25	26
休館日	9:30～10:30 脳トレサロン	9:30～10:30 脳トレサロン	脳の健康教室	9:30～10:30 ストレッチサロン	9:30～10:30 ストレッチサロン	9:30～10:30 脳トレサロン
	11:00～12:00 脳トレサロン	介護予防教室		11:00～12:00 盆踊りで健康づくり	ことぶき教室	11:00～12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
	午後1:30～2:30 ペーパークラフト	午後1:30～2:30 新フラダンスサロン	出前講座	ことぶき教室	ことぶき教室	ことぶき教室
	午後3:30～4:30 ペーパークラフト	午後3:30～4:30 ポッチャサロン		午後3:30～4:30 ちぎり絵サロン	午後3:30～4:30 ペーパークラフト	午後3:30～4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
27	28	29	30	31	 8月25日 9月サロン 受付開始	
休館日	9:30～10:30 脳トレサロン	9:30～10:30 脳トレサロン	脳の健康教室	9:30～10:30 数独サロン		
	11:00～12:00 ペーパークラフト	介護予防教室		11:00～12:00 ストレッチサロン		
団体使用	午後1:30～2:30 新フラダンスサロン	午後1:30～2:30 輪投げサロン	ことぶき教室	ことぶき教室		
	午後3:30～4:30 カラオケサロン	午後3:30～4:30 輪投げサロン	午後3:30～4:30 カラオケサロン			

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
 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。

9月のサロンの予約は、8月25日から受付を開始します



三筋老人福祉館

住所：台東区三筋2-16-4
 電話：03-3866-2417
 指定管理者：台東区社会福祉事業団

開館時間：午前9時～午後5時
 利用できる方：台東区在住の60歳以上の方