

# 三筋老人福祉館予定表

日	月	火	水	木	金	土
<b>笑顔のつどい</b> 9月13日(水) 午後1時30分 「100年食べて、100年笑うために」 講師：三ノ輪口腔ケアセンター 歯科衛生士 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		<b>敬老のつどい</b> 場所：生涯学習センター2階 ミレニアムホール 受付：午前9時より 第一部 式典 第二部 はつらつ発表会 申込みは不要です。 どなたでもご自由にお越しください。			9:30~10:30 えんびつで奥の細道 (書写) 11:00~12:00 ストレッチサロン	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
3	4	マッサージ ★サービス 5 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ペーパークラフト 午後1:30~2:30 介護予防教室	マッサージ ★サービス 6 脳の健康教室	マッサージ ★サービス 7 9:30~10:30 えんびつで奥の細道 (書写) 11:00~12:00 えんびつで奥の細道 (書写)	マッサージ ★サービス 8 9:30~10:30 ストレッチサロン ことぶき教室	9 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
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 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	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ペーパークラフト 午後1:30~2:30 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 ちぎり絵サロン	脳の健康教室 午後1:30~2:30 輪投げサロン 午後3:30~4:30 輪投げサロン	ことぶき教室 午後3:30~4:30 カラオケサロン	ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	ことぶき教室 午後3:30~4:30 カラオケサロン
10	11	マッサージ ★サービス 12 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン ペーパークラフト	マッサージ ★サービス 13 脳の健康教室	マッサージ ★サービス 14 9:30~10:30 数独サロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン	マッサージ ★サービス 15 9:30~10:30 ストレッチサロン 11:00~12:00 盆踊りで健康づくり	16 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)
休館日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:30~2:30 団体使用	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ペーパークラフト 午後1:30~2:30 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 カラオケサロン	脳の健康教室 午後1:30~2:30 笑顔のつどい 午後3:30~4:30 輪投げサロン	ことぶき教室 午後3:30~4:30 カラオケサロン	ことぶき教室 午後3:30~4:30 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 カラオケサロン
17	18	19	マッサージ ★サービス 20 脳の健康教室	マッサージ ★サービス 21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン	マッサージ ★サービス 22 9:30~10:30 脳トレサロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	23 秋分の日 休館日
休館日	9:30~10:30 カラオケサロン 11:00~12:00 カラオケサロン 午後1:30~2:30 輪投げサロン 午後3:30~4:30 輪投げサロン	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ペーパークラフト 午後1:30~2:30 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 ストレッチサロン	脳の健康教室 午後1:30~2:30 輪投げサロン 午後3:30~4:30 輪投げサロン	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:30~2:30 カラオケサロン 設備点検	9:30~10:30 脳トレサロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	休館日
24	25	26	27	28	29	30
休館日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 9月26日より 10月サロン 受付開始	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ペーパークラフト 午後1:30~2:30 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 ボッチャサロン	脳の健康教室 設備点検	9:30~10:30 ストレッチサロン 11:00~12:00 盆踊りで健康づくり 午後1:30~2:30 カラオケサロン 午後3:30~4:30 カラオケサロン	9:30~10:30 数独サロン 準備 活弁公演 (活弁士 麻生八咫)	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン (かがやき長寿体操)

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。



## 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

10月のサロンの予約は、9月26日から受付を開始します