

# かがやき長寿ひろば入谷予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休業日	10:00~11:00 ぬり絵サロン	団体利用	10:00~11:00 折り紙サロン	10:00~11:00 けん玉サロン	ことぶき教室	団体利用
	午後1:30~3:45 スマートフォン 相談会 事前予約制	午後1:00~2:00 絵手紙サロン 午後3:00~4:00 脳トレサロン	午後1:00~2:00 脳トレサロン 午後3:00~4:00 かがやき長寿体操	午後1:00~2:00 カラオケサロン 午後3:00~4:00 カラオケサロン	午後1:00~2:00 かがやき長寿体操 午後3:00~4:00 ストレッチサロン	団体利用 午後3:00~4:00 数独サロン
8	9	10	11	12	13	14
休業日	スポーツの日 休業日	介護予防教室	コンサート 事前準備	10:00~11:00 ストレッチサロン	10:00~11:00 カラオケサロン	10:00~11:00 脳トレサロン
		団体利用	栗田真帆 コンサート	写真教室	午後1:00~2:00 カラオケサロン 団体利用	午後1:00~2:00 かがやき長寿体操 午後3:00~4:00 ストレッチサロン
15	16	17	18	19	20	21
休業日	ことぶき教室	介護予防教室	団体利用	10:00~11:00 ストレッチサロン	ことぶき教室	団体利用
	ことぶき教室	午後1:00~2:00 けん玉サロン 午後3:00~4:00 かがやき長寿体操	午後1:30~2:30 笑顔のつどい 午後3:00~4:00 脳トレサロン	写真教室	午後1:00~2:00 パタンクサロン 午後3:00~4:00 かがやき長寿体操	午後1:00~2:00 ぬり絵サロン 午後3:00~4:00 ストレッチサロン
22	23	24	25	26	27	28
休業日	10:00~11:00 数独サロン	介護予防教室	10:00~11:00 ストレッチサロン	10:00~11:00 かがやき長寿体操	10:00~11:00 カラオケサロン	団体利用
	午後1:00~2:00 編み物サロン	午後1:00~2:00 謎解きサロン 午後3:00~4:00 脳トレサロン	午後1:00~2:00 カラオケサロン 午後3:00~4:00 カラオケサロン	写真教室	ことぶき教室 団体利用	午後1:00~2:00 朗読サロン 午後3:00~4:00 脳トレサロン
29	30	31	 <p>10月25日より 11月サロン 受付開始</p>			
休業日	10:00~11:00 謎解きサロン	介護予防教室				
	午後1:00~2:00 書写サロン 午後3:00~4:00 ストレッチサロン	午後1:30~ 講話サロン 入浴による 健康効果				

**笑顔のつどい**

10月18日(水) 午後1時30分~

「知っておきたい!お薬の話」  
講師:めぐみ薬局 職員  
定員:15名 事前予約制

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。  
 11月のサロンの予約は、10月25日から受付を開始します

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  
 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  
 利用できる方:台東区在住の60歳以上の方



利用時間:  
利用できる方: