ほのぼの通信

２０２３年１１月

三筋老人福祉館予定表

11月のサロンは10月25日(水)受付開始

笑顔のつどい
11月8日(水) 午後1時30分
「尿もれについて」
講　　師：王子ネピア株式会社　沼田 氏
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

日	月	火	水	木	金	土
			1 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 盆踊りで健康づくり 午後1：30～2：30 輪投げサロン 午後3：30～4：30 輪投げサロン	**2** 9：30～10：30 ストレッチサロン 11：00～12：00 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	**3** 文化の日 休館日	**4** 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) ことぶき教室 午後3：30～4：30 カラオケサロン
5 休館日	**6** 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 午後3：30～4：30 カラオケサロン	**7** 介護予防教室 午後1：30～2：30 新フラダンスサロン 午後3：30～4：30 ペーパークラフト	**8** 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 笑顔のつどい 午後3：30～4：30 輪投げサロン	**9** 9：30～10：30 ストレッチサロン 11：00～12：00 ちぎり絵サロン 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	**10** 9：30～10：30 えんぴつで奥の細道 (書写) 11：00～12：00 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	**11** 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) 午後1：30～2：30 数独サロン 午後3：30～4：30 音楽鑑賞(懐メロ)
12 休館日	**13** 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 ペーパークラフト 団体利用	**14** 介護予防教室 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	**15** 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 盆踊りで健康づくり 午後1：30～2：30 輪投げサロン 午後3：30～4：30 輪投げサロン	**16** 9：30～10：30 数独サロン 11：00～12：00 ストレッチサロン ことぶき教室 設備点検	**17** 9：30～10：30 ストレッチサロン 11：00～12：00 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	**18** 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) 団体利用
19 休館日	**20** 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 えんぴつで奥の細道 (書写) ことぶき教室 午後3：30～4：30 カラオケサロン	**21** 介護予防教室 午後1：30～2：30 新フラダンスサロン 午後3：30～4：30 ペーパークラフト	**22** 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 ちぎり絵サロン 午後1：30～2：30 輪投げサロン 午後3：30～4：30 輪投げサロン	**23** 勤労感謝の日 休館日	**24** 9：30～10：30 ストレッチサロン 11：00～12：00 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	**25** 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) ことぶき教室 午後3：30～4：30 音楽鑑賞(懐メロ)
26 休館日	**27** 9：30～10：30 脳トレサロン 11：00～12：00 ペーパークラフト 団体利用	**28** 介護予防教室 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	**29** 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 輪投げサロン 午後3：30～4：30 輪投げサロン	**30** 9：30～10：30 ストレッチサロン 11：00～12：00 えんぴつで奥の細道 (書写) 午後1：30～2：30 カラオケサロン 午後3：30～4：30 ペーパークラフト		

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。
新型コロナウィ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
団体利用
受講者が事前に決まっている教室のため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

11月のサロンの予約は、10月25日から受付を開始します
12月のサロンの予約は、11月24日から受付を開始します

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