

三筋老人福祉館予定表

1月のサロンは
12月22日(金)
受付開始

日	月	火	水	木	金	土
	1 元日	2 休館日	3 休館日	4 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 カラオケサロン 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	5 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 カラオケサロン	6 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)
7	8 成人の日	9 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 ポッチャサロン	10 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 笑顔のつどい 午後3:30~4:30 輪投げサロン	11 介護予防教室 午後1:30~2:30 ストレッチサロン 午後3:30~4:30 カラオケサロン	12 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) ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	13 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 カラオケサロン
14	15 9:30~10:30 脳トレサロン 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	16 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 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 カラオケサロン	17 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 カラオケサロン 午後1:30~2:30 座ってステップ サロン 午後3:30~4:30 アロハフラダンス サロン	18 介護予防教室 ことぶき教室 設備点検	19 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	20 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)
21	22 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 カラオケサロン 団体利用	23 9:30~10:30 ストレッチサロン 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 ポッチャサロン	24 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	25 介護予防教室 団体利用	26 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 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	27 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
28	29 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	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 新フラダンスサロン 午後3:30~4:30 カラオケサロン	31 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	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>笑顔のつどい</p> <p>1月10日(水) 午後1時30分~</p> <p>「漢方薬について」</p> <p>講師：ゆうま薬局 薬剤師</p> <p>個別相談：くらまえ地域包括支援センター 職員</p> <p>定員：15名 事前予約制</p> </div>		
休館日						

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。



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

1月のサロンの予約は、12月22日から受付を開始します
2月のサロンの予約は、1月25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