

# かがやき長寿ひろば入谷予定表

11月のサロンは  
10月25日(金)  
受付開始

日	月	火	水	木	金	土
<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>笑顔のつどい</b> 11月20日(水) 午後1時30分～ 「みんなで確認!火の用心」</p> <p>講師:上野消防署 職員 定員:20名 事前予約制</p> </div>					10:00~11:00 盆ダンスサロン	団体利用
					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
3 文化の日	4 振替休日	5	6	7	8	9
休業日	休業日	介護予防教室	ことぶき教室	10:00~11:00 数独サロン	10:00~11:00 ストレッチサロン	団体利用
		ことぶき教室	午後1:30~3:00 カラオケサロン	ことぶき教室	午後1:00~2:00 かがやき長寿体操 午後3:00~4:00 健康けん玉サロン	ことぶき教室
10	11	12	13	14	15	16
休業日	10:00~11:00 書写サロン	介護予防教室	9:30~11:00 折り紙サロン	10:00~11:00 童謡サロン	10:00~11:00 ポッチャサロン	団体利用
	スマホ講習会	団体利用	午後1:00~2:00 ストレッチサロン 午後3:00~4:00 かがやき長寿体操	午後1:30~3:00 カラオケサロン	ことぶき教室 団体利用	午後1:00~2:00 手話サロン 午後3:00~4:00 ぬり絵サロン
17	18	19	20	21	22	23
休業日	10:00~11:00 数独サロン	介護予防教室	ことぶき教室	団体利用	10:00~11:00 かがやき長寿体操	勤労感謝の日
	スマホ講習会	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1:30~2:30 笑顔のつどい 午後3:00~4:00 ぬり絵サロン	ことぶき教室	午後1:00~2:00 ストレッチサロン 午後3:00~4:00 ポッチャサロン	休業日
24	25	26	27	28	29	30
休業日	10:00~11:00 謎解きサロン	介護予防教室	定期清掃	10:00~11:00 盆ダンスサロン	10:00~11:00 童謡サロン	団体利用
	スマホ講習会	ことぶき教室		フレイル チェック	午後1:30~3:00 カラオケサロン	午後1:00~2:00 ストレッチサロン 午後3:00~4:00 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。  
※ご参加される方は受付に使用登録証をご提示ください。

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  
12月のサロンの予約は、11月22日から受付を開始します



かがやき長寿ひろば入谷  
(入谷区民館内)

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

利用時間: 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