

三筋老人福祉館予定表

12月のサロンは
11月22日(金)
受付開始

日	月	火	水	木	金	土
休館日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 パーパークラフト	介護予防教室	9:30~10:30 数独サロン 11:00~12:00 盆踊りで健康づくり	ことぶき教室	9:30~11:00 カラオケサロン	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン
	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 輪投げサロン	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	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:30~2:30 文字あそびサロン 午後3:30~4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
休館日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 書写サロン	介護予防教室	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	ことぶき教室	9:30~10:30 ちぎり絵サロン 11:00~12:00 パーパークラフト	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン
	団体利用	ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン	午後1:30~2:30 笑顔のつどい 午後3:30~4:30 ポッチャサロン	団体利用	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン
休館日	ことぶき教室	介護予防教室	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 盆踊りで健康づくり	ことぶき教室	9:30~10:30 ストレッチサロン 11:00~12:00 カラオケサロン	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン
	ことぶき教室 午後3:30~4:30 パーパークラフト	ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン	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	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:30~2:30 数独サロン 午後3:30~4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
休館日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 パーパークラフト	9:30~10:30 ストレッチサロン 11:00~12:00 カラオケサロン	9:30~10:30 カラオケサロン 11:00~12:00 盆踊りで健康づくり	ことぶき教室	9:30~10:30 書写サロン 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
	団体利用	ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン	午後1:30~2:30 文字あそびサロン 午後3:30~4:30 ポッチャサロン	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:30~2:30 カラオケサロン 午後3:00~4:30 カラオケサロン	午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン
休館日	休館日	休館日	笑顔のつどい 12月11日(水) 午後1時30分~2時30分 「ハンドマッサージで気分アップ」 講師：ポーラエステイン本所吾妻橋・佳 渡辺みどり氏 個別相談：くらまえ地域包括支援センター 定員：15名 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。
※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。



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

12月のサロンの予約は、11月22日から受付を開始します
1月のサロンの予約は、12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