

2025年1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>笑顔のつどい</b></p> <p style="text-align: center;">1月15日(水) 午後1時30分～ 「元気に乗りきろう! 冬の健康管理」</p> <p>講師: かきつばた訪問看護ステーション職員 定員: 20名 事前予約制</p> </div>			元日			
			休業日	休業日	休業日	10:00～11:00 ぬり絵サロン
						午後1:30～2:30 脳トレサロン
		団体利用				
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日	10:00～11:00 数独サロン	介護予防教室	9:30～11:00 折り紙サロン	介護予防教室	10:00～11:00 カラオケサロン	10:00～11:00 朗読サロン
休業日	午後1:00～4:00 スマートフォン 相談会 事前予約制	ことぶき教室	午後1:30～2:30 かがやき長寿体操 午後3:00～4:00 ストレッチサロン	午後1:30～2:30 童謡サロン 午後3:00～4:00 盆ダンスサロン	午後1:30～2:30 カラオケサロン 午後3:00～4:00 カラオケサロン	ことぶき教室
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	10:00～11:00 ストレッチサロン	ことぶき教室	介護予防教室	10:00～11:00 かがやき長寿体操	団体利用
休業日	休業日	午後1:30～2:30 笑顔のつどい 午後3:00～4:00 脳トレサロン	午後1:30～2:30 ことぶき教室	ことぶき教室	ことぶき教室	午後1:30～2:30 手話サロン 午後3:00～4:00 書写サロン
		団体利用			団体利用	
19	20	21	22	23	24	25
	10:00～11:00 ストレッチサロン	団体利用	10:00～11:00 カラオケサロン	介護予防教室	団体利用	団体利用
休業日	スマホ講習会	ことぶき教室	午後1:30～2:30 カラオケサロン 午後3:00～4:00 カラオケサロン	午後1:30～2:30 童謡サロン 午後3:00～4:00 盆ダンスサロン	午後1:30～3:00 講話サロン 季節養生を取り入れた 薬膳生活～冬編～	ことぶき教室
26	27	28	29	30	31	
	10:00～11:00 謎解きサロン	10:00～11:00 脳トレサロン	10:00～11:00 脳トレサロン	介護予防教室	10:00～11:00 ポッチャサロン	
休業日	スマホ講習会	午後1:30～2:30 絵手紙サロン 午後3:00～4:00 ぬり絵サロン	午後1:30～2:30 数独サロン 午後3:00～4:00 書写サロン	午後1:30～2:30 かがやき長寿体操 午後3:00～4:00 ストレッチサロン	フレイル チェック	

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。

1月のサロンの予約は、12月25日から受付を開始します  
2月のサロンの予約は、1月23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