ほのぼの通信

2025年2月

E筋老人福祉館予定表

2月のサロンは 1月23日(木) 受付開始

лK 木

ゆとり教養講座

2月 26 日(水) 午後1時30分~

「転倒予防講座」

講師:上野 幸 氏

株式会社 余暇問題研究所

定員:20名 予約制

予約開始 2/4(火) 午前9時~

笑顔のつどい

2月 12 日(水) 午後1時30分~2時30分

「終活の基本とエンディングノート」

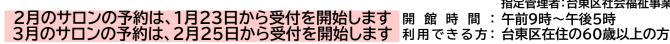
師: 株式会社 鎌倉新書 中野氏 個別相談: くらまえ地域包括支援センター 定 員:20名 予約制

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

予約開始 2/4(火) 午前9時~ 定 員:20名 予約制					音楽鑑賞(懐メロ)	
2	3	4	5	6	7	8
休館日	ことぶき教室	9:30~10:30		ことぶき教室	9:30~10:30	9:30~10:30
		脳トレサロン			数独サロン	脳トレサロン
		11:00~12:00			11:00~12:00	11:00~12:00
		ペーパークラフト			盆踊りで健康づくり	ストレッチサロン
	ことぶき教室	ことぶき教室	午後1:30~2:30	介護予防教室		午後1:00~2:30
			新フラダンスサロン		書写サロン	麻雀サロン
		午後3:30~4:30		午後3:30~4:30		午後3:00~4:30
	文字あそびサロン	輪投げサロン	ボッチャサロン	カラオケサロン	カラオケサロン	麻雀サロン
9	10	11	12	13	14	15
休館日	9:30~10:30	建国記念の日体館日	介護予防教室	ことぶき教室	9:30~10:30	9:30~10:30
	脳トレサロン				カラオケサロン	脳トレサロン
	11:00~12:00				11:00~12:00	11:00~12:00
	ストレッチサロン				盆踊りで健康づくり	ストレッチサロン
	団体利用		午後1:30~2:30	介護予防教室	午後1:00~2:30	
			笑顔のつどい		麻雀サロン	数独サロン
				午後3:30~4:30	午後3:00~4:30	
			ボッチャサロン	カラオケサロン	麻雀サロン	音楽鑑賞(懐メロ)
16	17	18	19	20	21	22
16	17	9:30~10:30			21 9:30~10:30	
16	. ,	9:30~10:30 脳トレサロン	19	20	21 9:30~10:30 脳トレサロン	22
16	17 ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00			21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00	
	. ,	9:30~10:30 脳トレサロン	19 介護予防教室	20	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン	22 団体利用
16 休館日	. ,	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00	19 介護予防教室 午後1:30~2:30	20	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30	22 団体利用
	ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン	19 介護予防教室 午後1:30~2:30 座ってステップサロン	20 ことぶき教室 介護予防教室	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン
	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30	19 介護予防教室 午後1:30~2:30 座ってステップサロン	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30
休館日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン	19 介護予防教室 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	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン
休館日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25	19 介護予防教室 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	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30
休館日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30	19 介護予防教室 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	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30
休館日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン	19 介護予防教室 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	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30
休館日 23 天皇誕生日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00	19 介護予防教室 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 26	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン 27	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00	22 団体利用 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30
休館日 23 天皇誕生日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24 振替休日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン	19 介護予防教室 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 26	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン 27	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン	22 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
休館日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00	19 介護予防教室 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 26 介護予防教室	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン 27	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30	22 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
休館日 23 天皇誕生日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24 振替休日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン ことぶき教室	19	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン 27 ことぶき教室	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン	22 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
休館日 23 天皇誕生日	ことぶき教室 ことぶき教室 午後3:30~4:30 ペーパークラフト 24 振替休日	9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ちぎり絵サロン ことぶき教室 午後3:30~4:30 輪投げサロン 25 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン ことぶき教室	19	20 ことぶき教室 介護予防教室 午後3:30~4:30 文字あそびサロン 27 ことぶき教室	21 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン 28 9:30~10:30 脳トレサロン 11:00~12:00 ストレッチサロン 午後1:00~2:30	22 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

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。

受講者が事前に決まっている教室のため 各種教室 当日の参加はできません。 団体利用





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