

# かがやき長寿ひろば入谷予定表

3月のサロンは  
2月21日(金)  
受付開始

日	月	火	水	木	金	土
<p>春の作品展 後期ことばき教室・サロン作品展 日時 3月21日(金)午前9時～午後5時 3月22日(土)午前9時～午後5時 場所 老人福祉センター お申込みは不要です</p>		<p>春の発表会 後期ことばき教室発表会 日時 3月28日(金)午後1時30分～4時 場所 竜泉福祉センター お申込みは不要です</p>				1
						<p>団体利用 午後1:30～2:30 脳トレサロン 午後3:00～4:00 ぬり絵サロン</p>
2	3	4	5	6	7	8
休業日	10:00～11:00 書写サロン	10:00～11:00 盆ダンスサロン	ことばき教室	介護予防教室	10:00～11:00 童謡サロン	10:00～11:00 朗読サロン
	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	ことばき教室	午後1:30～2:30 数独サロン 午後3:00～4:00 書写サロン	ことばき教室	ことばき教室 団体利用	ことばき教室
9	10	11	12	13	14	15
休業日	10:00～11:00 数独サロン	10:00～11:30 講話サロン <small>季節養生を取り入れた 菜膳生活～春編～</small>	9:30～11:00 折り紙サロン	介護予防教室	コンサート 事前準備	団体利用
	午後1:30～2:30 ストレッチサロン 午後3:00～4:00 かがやき長寿体操	団体利用	午後1:30～2:30 講話サロン <small>ジャズの魅力と歴史</small> 午後3:00～4:00 ぬり絵サロン	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	午後1:30～ ウクレレ コンサート <small>[予約開始2/12(水) 午前9時～]</small>	午後1:30～2:30 手話サロン 午後3:00～4:00 脳トレサロン
16	17	18	19	20 春分の日	21	22
休業日	10:00～11:00 童謡サロン	団体利用	10:00～11:00 謎解きサロン	休業日	10:00～11:00 ポッチャサロン	団体利用
	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 絵手紙サロン 午後3:00～4:00 ぬり絵サロン	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 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 ストレッチサロン 午後3:00～4:00 かがやき長寿体操
23	24	25	26	27	28	29
休業日	10:00～11:00 書写サロン	10:00～11:00 数独サロン	10:00～11:00 盆ダンスサロン	10:00～11:00 健康けん玉サロン	10:00～11:00 DVD鑑賞	団体利用
	午後1:30～2:30 脳トレサロン 午後3:00～4:00 ぬり絵サロン	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	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 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 DVD鑑賞 団体利用	午後1:30～2:30 書写サロン 午後3:00～4:00 脳トレサロン
30	31	<p>笑顔のつどい 3月19日(水)午後1時30分～ 「もしもノートを書いてみよう」 ～いざという時に備えて～ 講師:台東区社会福祉協議会 職員 定員:20名 事前予約制</p>				
休業日	10:00～11:00 ストレッチサロン					
	午後1:30～2:30 かがやき長寿体操 午後3:00～4:00 脳トレサロン					

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。



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

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。  
3月のサロンの予約は、2月21日から受付を開始します  
4月のサロンの予約は、3月25日から受付を開始します