

三筋老人福祉館予定表

7月のサロンは
6月26日(木)
受付開始

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
笑顔のつどい 7月9日(水) 午後1時30分～2時30分 台東区社会福祉協議会を活用しよう ～権利擁護編～ 講師：台東区社会福祉協議会 相談：くらまえ地域包括支援センター職員 定員：20名 予約制		9:30～10:30 カラオケサロン 11:00～12:00 書写	スマートフォン講習会	9:30～11:00 麻雀サロン	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 盆踊りで健康づくり	9:30～10:30 ストレッチ 11:00～12:00 ストレッチ
		ことばき教室 午後3:30～4:30 輪投げ	午後1:30～2:30 ストレッチ (ステップ) 午後3:30～4:30 ボッチャ	ことばき教室 午後3:30～4:30 カラオケ	午後1:30～3:00 麻雀 午後3:00～4:30 麻雀	午後1:30～2:30 数独 午後3:30～4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
6	7	8	9	10	11	12
休	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 ペーパークラフト	介護予防教室	スマートフォン講習会	ことばき教室	9:30～10:30 ストレッチ (ステップ) 11:00～12:00 脳トレ	9:30～10:30 ストレッチ 11:00～12:00 ストレッチ
	午後1:30～2:30 文字あそび 午後3:30～4:30 カラオケサロン	ことばき教室 午後3:30～4:30 輪投げ	午後1:30～2:30 笑顔のつどい 午後3:30～4:30 ボッチャ	団体	ことばき教室 午後3:30～4:30 カラオケサロン	ことばき教室 午後3:30～4:30 カラオケサロン
13	14	15	16	17	18	19
休	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 ちぎり絵	介護予防教室	スマートフォン講習会	9:30～11:00 麻雀サロン	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 盆踊りで健康づくり	9:30～10:30 ストレッチ 11:00～12:00 ストレッチ
	団体	ことばき教室 午後3:30～4:30 輪投げ	午後1:30～2:30 座ってステップ 午後3:30～4:30 ボッチャ	ことばき教室 設備点検	午後1:30～2:30 ストレッチ (ステップ) 午後3:30～4:30 書写	午後1:30～3:00 カラオケサロン 午後3:30～4:30 音楽鑑賞(懐メロ)
20	21	22	23	24	25	26
休	海の日 休	介護予防教室	スマートフォン講習会	ことばき教室	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 脳トレサロン	9:30～10:30 ストレッチ 11:00～12:00 ストレッチ
		ことばき教室 午後3:30～4:30 輪投げ	午後1:30～2:30 フラダンス 午後3:30～4:30 ボッチャ	団体	ことばき教室 午後3:30～4:30 カラオケサロン	ことばき教室 午後3:30～4:30 文字あそび
27	28	29	30	31	出前講座 7月30日(水) 午前11時～12時 「区内の空家対策 私の自宅・実家の将来は？」 講師：NPO法人 空家・空地管理センター 主催：台東区役所住宅課 定員：20名 予約制	
休	9:30～10:30 脳トレ 11:00～12:00 ペーパークラフト	介護予防教室	9:30～10:30 数独 11:00～12:00 出前講座	9:30～11:00 麻雀サロン		
	団体	午後1:30～2:30 文字あそび 午後3:30～4:30 輪投げ	午後1:30～3:00 麻雀 午後3:00～4:30 麻雀	午後1:30～2:30 カラオケサロン 午後3:30～4:30 ちぎり絵		

三筋老人福祉館

住所:台東区三筋2-16-4
電話:03-3866-2417