

日	月	火	水	木	金	土
笑顔のつどい 11月19日(水)午後1時30分 『訪問看護』って何してくれるの？ どうしたら利用できるの？ 講師：オハナケア訪問看護ステーション根岸 長谷川 孝氏 相談：たいとう地域包括支援センター職員 定員：20名 予約制		講話サロン 11月28日(金)午後1時30分 「秋の薬膳」 講師：江川悦子氏 定員：20名 予約制 				1 団体
2	3 文化の日 休	4 10:00～11:00 盆ダンス 団体 午後1:30～3:00 英会話 団体	5 10:00～11:30 カラオケサロン 介護予防教室 午後1:30～2:30 ストレッチ	6 10:00～11:00 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか) ことばき教室 ことばき教室 団体	7 10:00～11:00 モルック 午後1:30～2:30 みんなで歌おう 午後1:30～3:00 囲碁サロン 団体	8 団体
9	10 休	11 10:00～11:00 輪投げ 団体 午後1:30～2:30 輪投げ 午後1:30～2:30 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか)	12 10:00～11:00 ぬり絵 団体 午後1:30～2:30 絵手紙 ことばき教室 団体	13 10:00～11:00 「ほのぼの寄席」 午後1:30～10/15～ 申込開始 ことばき教室	14 10:00～11:00 みんなで歌おう 午後1:30～3:00 カラオケサロン 団体 午後1:30～2:30 ストレッチ 午後1:30～3:00 囲碁サロン ことばき教室	15 団体
16	17 休	18 10:00～11:00 輪投げ 団体 午後1:30～2:30 輪投げ 団体	19 10:00～11:00 盆ダンス 介護予防教室 午後1:30～3:00 英会話 ことばき教室 団体	20 10:00～11:00 カラオケサロン モルック ことばき教室 ことばき教室 団体	21 10:00～11:00 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか) 10:00～11:00 数独 午後1:30～2:30 ストレッチ 午後1:30～3:00 囲碁サロン	22 団体
23 勤労感謝の日 休	24 振替休日 休	25 10:00～11:00 盆ダンス 団体 午後1:30～2:30 絵手紙 午後1:30～2:30 モルック 団体	26 10:00～11:30 カラオケサロン 介護予防教室 ことばき教室 団体	27 10:00～11:30 ものづくり みんなで歌おう 午後1:30～3:00 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか) 午後1:30～3:00 ものづくり 団体	28 10:00～11:30 ぬり絵 ことばき教室 午後1:30～2:30 講話 午後1:30～3:00 囲碁サロン ことばき教室 団体	29 団体
30						
介護予防教室(令和8年1月開講)募集開始します！ 申込開始 令和7年11月20日 木曜日 申込み先 老人福祉センター、橋場・三筋の各老人福祉館 台東・入谷・谷中の各かがやき長寿ひろば 締め切り 令和7年12月16日火曜日 詳しくは、広報たいとう11月20日号、ポスター、ちらしをご覧ください。				ものづくりサロン 「ニット帽子を作ろう！」 2か所縫うだけ！脳トレ！ 11月27日(木)午前10:00 10名 11月27日(木)午後 1:30 10名 ★持ち物 布代 200円 針と糸(白色)、マチ針など		

全て予約制です。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です。
当日の参加はできません。



老人福祉センター

住所：台東区東上野2-25-14
電話：03-3833-6541

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