

ほのぼの通信

2026年2月

老人福祉センター予定表

2月のサロンは
1月23日(金)
午前9時受付

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休	10:00~11:00 輪投げ	10:00~11:00 介護予防教室 団体	10:00~11:00 ストレッチ	10:00~11:00 モルック	10:00~11:00 みんなで歌おう	10:00~11:00 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか)
	午後1:30~2:30 輪投げ	午後1:30~3:00 英会話	午後1:30~3:00 カラオケサロン	ことぶき教室 団体	ことぶき教室 団体	10:00~11:00 ぬり絵
	午後1:30~2:30 盆ダンス 団体	ことぶき教室 団体	ことぶき教室 団体			午後1:30~3:00 ゆとり教養講座 「江戸のグルメ」
						午後1:30~3:00 囲碁
8	9	10	11	12	13	14
休	10:00~11:00 輪投げ	10:00~11:00 介護予防教室 団体	建国記念の日 休	10:00~11:00 モルック	10:00~11:00 盆ダンス	団体
	団体			10:00~11:30 カラオケサロン	ことぶき教室	
	午後1:30~2:30	午後1:30~2:30 絵手紙		午後1:30~2:30 みんなで歌おう	午後1:30~2:30 ストレッチ	団体
	輪投げ	午後1:30~2:30 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか)		団体	午後1:30~3:00 囲碁	
15	16	17	18	19	20	21
休	10:00~11:00 輪投げ	10:00~11:00 みんなで歌おう	10:00~11:00 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか)	10:00~11:30 カラオケサロン	10:00~11:00 ストレッチ	団体
	団体	介護予防教室	10:00~11:00 数独	ことぶき教室		
	午後1:30~2:30 輪投げ	午後1:30~3:00 英会話	笑顔のつどい	ことぶき教室 団体	午後1:30~3:00 ものづくり	
	団体	ことぶき教室 団体			午後1:30~2:30 盆ダンス	
22	23	24	25	26	27	28
休	天皇誕生日 休	介護予防教室 団体	10:00~11:00 ストレッチ	10:00~11:00 ぬり絵	10:00~11:30 カラオケサロン	団体
			10:00~11:00 モルック		ことぶき教室	
		午後1:30~2:30 絵手紙	ことぶき教室 団体	午後1:30~3:00 フレッシュコンサート 「シャンソン春の 調べ」	午後1:30~2:30 さわやか体操 (骨盤底筋運動ほか)	団体
		団体			午後1:30~3:00 囲碁	

笑顔のつどい

2月18日(水) 午後1時30分

「高齢者にお役に立つお話」

講師・相談:たいとう地域包括支援センター職員
定員:20名

ゆとり教養講座④

2月6日(金) 午後1時30分
「江戸のグルメ」

講師:小沢詠美子氏
定員:40名

申込み1月15日(木)午前9時

♪フレッシュコンサート♪

「シャンソン 春の調べ」
2月26日(木) 午後1時30分

出演者:熊谷道子氏
定員:50名

申込み2月6日(金)午前9時



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。

団体利用 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