

ほのぼの通信

2026年2月

三筋老人福祉館予定表

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	ことぶき教室	ことぶき教室	脳の健康教室	ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレ 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1:30~3:00 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:30~3:00 囲碁 午後1:30~2:30 ゆとり教養講座 午後3:30~4:30 輪投げ	午後1:30~2:30 盆踊り 午後3:30~4:30 ボッチャ	午後1:30~2:30 ストレッチ(ステップ) 午後3:00~4:30 カラオケ	ことぶき教室 午後1:30~3:00 囲碁 午後3:30~4:30 文字あそび	午後1:30~2:30 書写 午後3:30~4:30 音楽鑑賞
8	9	10	11	12	13	14
休	9:30~10:30 麻雀サロン 11:00~12:00 麻雀サロン	介護予防教室	休	ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレ 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
	団体	午後1:30~3:00 囲碁 午後1:30~2:30 輪投げ 午後3:00~4:00 輪投げ		団体	ことぶき教室 午後1:30~3:00 囲碁 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	午後1:30~2:30 ちぎり絵 午後3:00~4:30 カラオケ
15	16	17	18	19	20	21
休	ことぶき教室	介護予防教室	脳の健康教室	ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレ 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1:30~3:00 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン	午後1:30~3:00 囲碁 午後1:30~2:30 輪投げ 午後3:00~4:00 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	団体	ことぶき教室 午後1:30~3:00 囲碁 午後3:30~4:30 書写	午後1:30~2:30 文字あそび 午後3:30~4:30 音楽鑑賞
22	23	24	25	26	27	28
休	休	介護予防教室	脳の健康教室	ことぶき教室	9:30~10:30 脳トレ 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
		ことぶき教室 午後1:30~3:00 囲碁 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	午後1:00~3:00 コンサート準備 午後3:00~ コンサート	ことぶき教室 午後1:30~3:00 囲碁 午後3:30~4:30 ペーパークラフト	午後1:30~3:00 麻雀サロン 午後3:00~4:30 麻雀サロン

ジャズ＆歌謡サックスコンサート

2月26日(木) 午後3時~

出演者：片山 彰人(サックス)

矢崎 浩志(ギター)

板本 恵太(ベース)

森 拓也(ドラム)

定員：40名 予約制



笑顔のつどい

2月25日(水) 午後1時30分~2時30分

「ハンドマッサージで気分アップ」

講師：ポーラエステイン本所吾妻橋・佳渡辺みどり 氏

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



三筋老人福祉館

住所：台東区三筋2-16-4

電話：03-3866-2417