



千代田区立障害者福祉センターえみふる  
地域活動支援センター月間予定表

2023年(令和5年)3月

(今月の休館日は11日です)

講座名	日	曜日	時間
絵手紙	7	火	13:30~15:00
ペン習字	14	火	13:30~15:00
書道	今月休講	火	13:30~15:00
三原色画	28	火	13:30~15:30
七宝焼	15	水	13:30~15:30
消しゴムはんこ	3	金	13:30~15:30
絵画	10	金	13:30~15:30
水墨画	17	金	13:30~15:00
レクソング	24	金	13:30~15:00
レクリエーション体操	4	土	13:30~15:00
音楽リズム	25	土	13:30~15:00
ヨガ 金曜夜間	24	金	18:30~20:00
ヨガ 土曜日中	25	土	10:30~12:00

講座名	日	曜日	時間
詩吟	当面の間 お休み	水	13:30~15:30
スポーツ ウェルネス 吹矢	2・9	木	13:00~15:00
	16・23 30		
カラオケ 同好会	当面の間 お休み	金	10:00~12:00

作業療法	1・8	水	10:30~12:00
	15・22 29		
理学療法	1・8	水	13:15~15:45
	15・22		
言語療法	9・23	木	13:30~16:00
	2		
地域生活 リハビリ	9・16	木	11:00~13:00
	23・30		
社会適応 支援	4・18	土	10:30~15:00

健康相談	17	金	13:30~15:30
	健康に関する相談が出来ます。 初めてのの方は事前にお申し込みください。		
ネイルサロン	22	水	13:00~15:00
	千代田区にお住まいの障がいのある方が参加できます。 事前予約抽選制です。1日~15日の間にお申し込みください。 参加費は1回100円です。一人当たりの施術時間は20分です。		
パソコン スマホサロン	14	火	13:30~15:30
	28		
入退場自由です。千代田区にお住まいの障がいのある方が 参加できます。初めてのの方は身分のわかるものをお持ちください。			

初級手話	3・10	金	18:30~20:00
	17・24		
中級手話	7・14	火	18:30~20:00
	28		
上級手話	2・9	木	18:30~20:00
	16・23 30		

出張パン 販売	1	水	さくらベーカリー
	8	水	パソナハートフル パン工房
	15	水	カフェブンブン
	27	月	カフェブンブン
	29	水	さくらベーカリー
11:45頃より販売 開始売り切れ次第 終了です			