



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)1月

(今月の休館日は1~3, 14日です)

講座名	日	曜日	時間
絵手紙	今月休講	火	13:30~15:00
ペン習字	10	火	13:30~15:00
書道	17	火	13:30~15:00
三原色画	今月休講	火	13:30~15:30
七宝焼	18	水	13:30~15:30
消しゴムはんこ	6	金	13:30~15:30
絵画	13	金	13:30~15:30
水墨画	20	金	13:30~15:00
レクソング	27	金	13:30~15:00
レクリエーション体操	7	土	13:30~15:00
音楽リズム	今月休講	土	13:30~15:00
ヨガ 金曜夜間	27	金	18:30~20:00
ヨガ 土曜日中	28	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	5 ・ 12	木	13:00~15:00
	19 ・ 26		
カラオケ 同好会	当面の間 お休み	金	10:00~12:00

作業療法	4 ・ 11	水	10:30~12:00
	18 ・ 25		
理学療法	4 ・ 11	水	13:15~15:45
	18 ・ 25		
言語療法	12 ・ 26	木	13:30~16:00
地域生活 リハビリ	5	木	11:00~13:00
	12 ・ 19	木	11:00~16:00
26 ・			
社会適応 支援	7 ・ 21	土	10:30~15:00

健康相談	20	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	25	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	10	火	13:30~15:30
	24		
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。			
第三者委員	25	水	13:30-15:00

初級手話	6 ・ 13	金	18:30~20:00
	・ 20		
中級手話	17 ・ 24	火	18:30~20:00
	・ 31		
上級手話	12 ・ 19	木	18:30~20:00
	・		

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