

2025年4月 街かどケアカフェけやき日程表

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		朝の体操10:05~ お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30 カフェタイム	朝の体操10:05~ ロバの会 (手づくりサロン) 10:30~11:45 カフェタイム	朝の体操10:05~ パンの販売 12:30~13:30頃 おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	朝の体操10:05~ チームオレンジ 「けやきを飾ろう!」 10:00~11:30 カフェタイム	カフェタイム
		6	7	8	9	10
		朝の体操10:05~ けやき体操 10:30~11:00 カフェタイム	朝の体操10:05~ 折り紙 (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30 カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ テレビゲームで 介護予防 10:30~11:30 おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30 カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム
13	14	15	16	17	18	19
朝の体操10:05~ スマホ個別相談 10:00~12:00 カフェタイム	朝の体操10:05~ お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30 カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム にこにこスポーツ プログラムけやき 13:30~15:00	朝の体操10:05~ 街かど健康講座 (管理栄養士) 10:30~11:30 おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	朝の体操10:05~ カフェタイム
20	21	22	23	24	25	26
朝の体操10:05~ けやき体操 10:30~11:00 カフェタイム	朝の体操10:05~ ぬり絵カレンダー (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30 カフェタイム	朝の体操10:05~ テレビゲームで 介護予防 10:30~11:30 大泉コロナの会 認知症介護家族の会 13:30~15:30	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	朝の体操10:05~ カフェタイム
27	28	29	30			
朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ 昭和の日 カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム	朝の体操10:05~ カフェタイム			

★月～金曜日の朝は、テレビで体操をしましょう。(10:05～5分程度)

★事前申込が必要な講座やマスク着用にご協力
いただく講座もございます。

★スマホ個別相談(月2回・要相談)

詳細は裏面をご覧ください

イベント情報は
こちらへ➡



街かどケアカフェってどんなところ?

地域の方が気軽に立ち寄り、お茶を飲んで会話を楽しんだり、ゆったり過ごせるくつろぎと憩いの場所です。

月曜日～土曜日 10:00～16:00

練馬区南大泉5-26-19 南大泉地域集会所内
(南大泉地域包括支援センター)

TEL 03-3923-5556



2025年4月 街かどケアカフェけやきイベント情報

※ **事前申込** 事前申込が必要です。参加は無料です。

申込み開始日:3月21日 金曜日 10:00~

ロバの会 (手づくりサロン)	4/2(水) 10:30~11:45	毎月第1水曜日 けやきにて フェルトで作るたべものやロバを作成中。 ロバ隊長作り等興味ある方大歓迎!!
パンの販売	4/3(木) 12:30~13:30頃	毎月第1木曜日 けやきにて販売 やすらぎの杜パン工房より 手作りパン販売
けやき体操 	4/7(月)・21(月) 10:30~11:00	毎月第1・3月曜日 けやきて、 いきいき健康体操やゆる×らく体操、お口 すっきり体操をしましょう!
オレンジの会けやき (本人ミーティング) 	4/1(火)、8(火) 15(火)、22(火) 10:30~11:30	毎週火曜日 地域の方々、認知症の方 やそれを予防したい方が集まり、お茶を飲 みながら、情報交換や相談ができます。
おしゃべりサロン ゆったり	4/3(木)、10(木) 18(金)、25(金) 13:30~15:30	おしゃべりを楽しみましょう。 隣の保育園児との交流の日もあります。 どなたでも大歓迎!
にこにこスポーツプログラム けやき 事前申込	4/17(木) <u>13:30~15:00</u>	<u>4月から時間変更。1部制へ。</u>
スマホ個別相談会 事前申込	4/14(月) 10:00~12:00	スマホ相談会(シルバー人材センターによる) 一人30分 無料
街かど健康講座 (4月は管理栄養士) 事前申込	4/18(金) 10:30~11:30	「食欲ありますか？」 食べてフレイル・貧血予防
大泉コロナの会 認知症介護家族の会 事前申込	4/23(水) 13:30~15:30	介護について語りたい方、情報が欲しい 方、どうぞお気軽にお越しください。
テレビゲームで介護予防! (ボウリング) 事前申込	4/11(金)・23(水) 10:30~11:30	テレビゲームを使ったスポーツ 対戦競技 月2回参加可能

—地域のみんなで、

おしゃべりを楽しみませんか?—

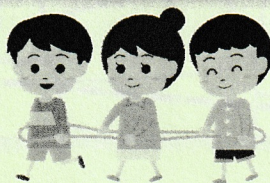
おしゃべりサロン ゆったり



はじめてでも、
楽しく参加できた!

子どもたちとの
交流も
たのしみ ♥

男性も来ているので、
安心しました。



木曜日(第1・2)
金曜日(第3・4)
13:30~15:30