2026年2月 街かどケアカフェけやきイベント情報

ロバの会 （手づくりサロン）	2/4（水） 10:30～11:45	毎月第1水曜日 フエルトでロバを作成中 ロバ隊長作り等興味ある方大歓迎!!
けん玉に挑戦しよう!	2/4（水） 14:00～15:30	毎月第1水曜日 高齢者も子どもも 一緒に楽しみましょう!
けやき体操	2/2（月）・16（月） 10:30～11:00	毎月第1・3月曜日 ゆる×らく体操を動画を見ながら一緒に体操しましょう! タオルをご持参ください
オレンジの会けやき （本人ミーティング）	2/3・10・17・24（火） 10:30～11:30	毎週火曜日お茶を飲みながら、もの忘れ予防、情報交換や相談もできます。
南大泉図書館による おはなし会	2/2（月） 15:00～15:30	老いも若きも童心に帰り 絵本を楽しみましょう
スマホ個別相談	2/9（月）10:00～12:00 17（火）13:00～15:00	スマホ認定相談員による 個別相談 1人30分（無料）
にこにこスポーツプログラム けやき	2/19（木） 13:30～15:00	簡単フィットネス体操で運動不足を解消しましょう（タオルをご持参ください）
テレビゲームで介護予防! （ボウリング）	2/13（金）・25（水） 10:30～11:45	テレビゲームを使った スポーツ対戦競技
理学療法士が伝える! 介護予防・フレイル予防講座!	2/19（木） 14:30～15:30	理学療法士が伝える講座&体操 2月は脳卒中の予防
街かど健康講座 （2月は歯科栄養士）	2/20（金） 10:30～11:30	「唾液力」アップ 歯科定期健診のすすめ
大泉コロナの会 認知症介護家族の会	2/25（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

事前に申し込みをお願いします

―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

男性も来ているので、安心しました。

こどもたちとの交流もたのしみ♥

2月の開催は
5日・13日・18日・24日

午後13:30～15:30

はじめてでも、楽しく参加できた!

2026年2月　街かどケアカフェけやき日程表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休業日	朝の体操10:05~ けやき体操 10:30~11:00 南大泉図書館による おはなし会 15:00~15:30	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 けん玉に挑戦しよう! 14:00~15:30	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~ けやきを飾り隊 10:00~11:30 カフェタイム	カフェタイム
8	9	10	11	12	13	14
休業日	朝の体操10:05~ スマホ個別相談 10:00~12:00 (1人30分) カフェタイム	朝の体操10:05~ お話・図画工作 (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~ 建国記念の日	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 10:30~11:45 おしゃべりサロンゆったり 13:30~15:30	カフェタイム
15	16	17	18	19	20	21
休業日	けやき体操 10:30~11:00 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 スマホ個別相談 13:00~15:00 (1人30分)	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 にこにこスポーツプログラムけやき 13:30~15:00 理学療法士が伝える!介護予防・フレイル予防 14:30~15:30	朝の体操10:05~ 街かど健康講座(歯科衛生士) 10:30~11:30 カフェタイム	カフェタイム
22	23	24	25	26	27	28
休業日	天皇誕生日	朝の体操10:05~ お話・図画工作 (オレンジの会 けやき) 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~ テレビゲームで介護予防 10:30~11:45 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	カフェタイム

お茶を飲みながら自由に、ゆっくりと過ごしましょう

「けやきを飾り隊」はカフェの壁面飾り等を通してお喋りをする会です。
ボランティアさんも募集してます

★パン屋さんは、やすらぎの杜パン工房から毎月第1木曜日の販売です
【練馬区主催】
★理学療法士が伝える介護予防フレイル予防講座は、2/19(木) オンラインです(モニターを見て行う)
講座内容は「脳卒中の予防」です。

街かどケアカフェは、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

イベント情報はこちらへ