









# 街かどケアカフェ けやき イベント情報 1月



いつでもだれでもふらっと  
交流・相談・介護予防!



お茶・麦茶 無料  
コーヒー・ココア 100円

パンの販売 	1/11 (木) 12:30~	今月は第2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
おしゃべりサロン ゆったり 	1/9 (火)・18 (木) 23 (火)・25 (木) 13:30~15:30	おしゃべりや軽い体操、隣の保育園児との交流の機会もあります! どなたでも大歓迎! 1/9 (火)はスマホ個別相談会開催。事前予約必要です。
出前講座えんがわ 	1/22 (月) 14:00~15:30	慈雲堂病院の田邊院長による講演会
理学療法士による講座 	1/27 (土) 14:00~15:30	「膝痛・腰痛予防について」
音楽をたのしむ会 	1/11 (木) 13:30~14:30	歌集を使用し、資料代100円当日集金 マスク着用にご協力ください。
大泉コロナの会 認知症介護家族の会 	1/24 (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。
口腔講座 	1/12 (金) 10:30~11:30	「歯周病あなたは大丈夫?」
栄養講座 	1/26 (金) 10:30~11:30	「腸内環境について」 ~便秘と下痢のときの注意点~

## 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。健康について相談したり、講座に参加することができます。

イベント情報は  
こちらへ↓↓



## 問い合わせ

月曜日~土曜日 10:00~16:00

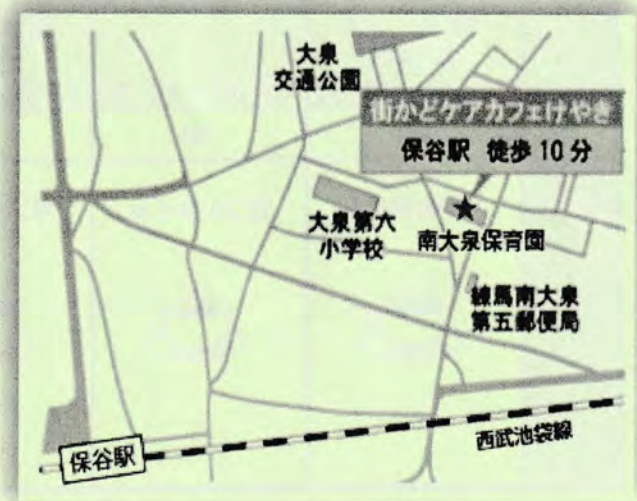
(祝休日および12月29日~1月3日を除く)

練馬区南大泉 5-26-19




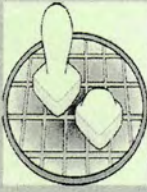























(南大泉地域集会所内)

TEL 03-3923-5556

- ★講座は事前申し込みをお願いします。
- ★マスク着用にご協力いただく講座もございます。



# 2024年 1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
	休業日 元日 	休業日 	休業日 	カフェタイム	カフェタイム	カフェタイム
					※特に午前中など、少し体を動かしたい方はDVDを見ながら一緒に『転ばない体操』をしませんか？お気軽に声をかけてください！！ 	
7	8	9	10	11	12	13
休業日	休業日 	カフェタイム 	ロバの会 (小物作り) 10:30~11:45 	パンの販売 12:30~ 	口腔講座 歯周病について 10:30~11:30	カフェタイム 
		おしゃべりサロン ゆったり &スマホ個別相談 13:30~15:30	カフェタイム 	音楽を楽しむ会♪ 資料代100円 13:30~14:30	カフェタイム 	
14	15	16	17	18	19	20
休業日	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 
				おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30		
21	22	23	24	25	26	27
休業日	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	栄養講座 腸内環境について 10:30~11:30	カフェタイム 
	出前講座 えんがわ 「院長による 講演会」 14:00~15:30	おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	大泉コロナの会 認知症介護 家族の会 13:30~15:30	おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	カフェタイム 	理学療法士 による講座 「膝痛&腰痛 予防について」 14:00~15:30
28	29	30	31	《リニューアル！！のお知らせ》 今月からけやき日程表を、1枚の用紙(表裏)にて、皆様のお手元に届けさせていたいただくことになりました。 今年も皆さまと共に歩んでまいりたいと思います。本年もよろしくお願ひいたします。  ←このマークのカフェタイムとは？お茶やコーヒーを飲んだり交流したり、自由に過ごせる時間です。		
休業日	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 