

# 街かどケアカフェ けやき イベント情報 10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

ロバの会 (手づくりサロン)	10/2 (水) 10:30~11:45	毎月第1水曜日 フェルトで作るたべものやロバを作成中! 興味ある方大歓迎!
パンの販売	10/3 (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
ちゃんとごはんといきいき 栄養講座	10/4 (金) 14:00~15:00	電子レンジを使った料理のご紹介 「高齢者のためのちゃんごはんテキスト」プレゼント
おしゃべりサロン ゆったり	10/3 (木)・8 (火) 24 (木)・29 (火) 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!! (マスク着用)
にこにこスポーツ プログラム けやき	10/17 (木) (1部) 13:00~14:00 (2部) 14:15~15:15	簡単フィットネス体操で運動不足を解消 しましょう! 3階にて 《持ち物》手ぬぐいサイズタオル
街かど健康講座 (10月は管理栄養士)	10/18 (金) 14:00~15:00	「骨粗しょう症予防」 ~健骨講座~
揉めない遺言書	10/21 (月) 13:30~15:00	出張これから塾による講座 年1回開催
大泉コロナの会 認知症介護家族の会	10/23 (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。
健康な体づくりは 食事から!	10/25 (金) 14:00~15:30	ケアマネジャーによる講座 配食弁当の試食をします。
管理栄養士によるお話	10/28 (月) 14:00~15:30	慈雲堂病院認知症疾患医療センター 出前講座えんがわ 年4回開催。

## 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。

問い合わせ

※今月はeスポーツはお休みです。

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)

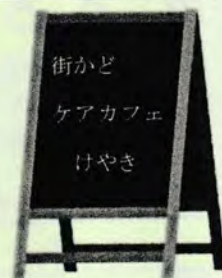
練馬区南大泉5-26-19 南大泉地域集会所内  
(南大泉地域包括支援センター)

TEL 03-3923-5556
































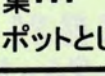



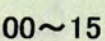

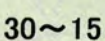



★講座は事前申し込みをお願いします。

★マスク着用にご協力いただく講座もございます。

イベント情報は  
こちらへ



# 2024年 10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
<div data-bbox="43 194 402 497" data-label="Text"> <p>カフェタイムとは お茶やコーヒーを飲んだり、おしゃべりをしたり、自由に</p> </div>		カフェタイム 	ロバの会 (手づくりサロン) 10:30~11:45 フェルトで たべものを作成中! カフェタイム 	パンの販売 12:30~13:30  おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30 	カフェタイム  ちゃんとごはんといきいき栄養講座 電子レンジ調理 14:00~15:00 	カフェタイム 
						
6	7	8	9	10	11	12
休業日	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 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム 
13	14	15	16	17	18	19
休業日		カフェタイム 	カフェタイム 	カフェタイム  にこにこスポーツ プログラムけやき 1部:13:00~ 2部:14:15~ 各定員15名 	カフェタイム  街かど健康講座 「骨粗しょう症予防」 健骨講座 14:00~15:00 	カフェタイム 
20	21	22	23	24	25	26
休業日	カフェタイム  出張これから塾 「揉めない 遺言書」 13:30~15:00 	カフェタイム 	カフェタイム  大泉コロナの会 認知症介護 家族の会 13:30~15:30 	カフェタイム  おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30 	カフェタイム  ケアマネジャー の講座 「健康な体づくりは 食事から!」 14:00~15:30 	カフェタイム 
27	28	29	30	31	<div data-bbox="1058 1707 1425 1920" data-label="Text"> <p>お友達とのおしゃべり、 趣味の時間、情報収 集... クーリングス ポットとして</p> </div> 	
休業日	カフェタイム  出前講座えんがわ 「管理栄養士のお話」 14:00~15:30 	カフェタイム  おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30 	カフェタイム 	カフェタイム  		

※「熱中症特別警戒アラート」発表時は、講座は原則中止となります。あらかじめご了承ください。