ケアカフェかしわだより11月号

※多目的室の上段は午前(9時～12時半)、下段は午後（12時半～17時）です　発行：2026年10月14日

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
ケア カフェ	お休み	カフェタイム	文化の日 （祝日）	カフェタイム	松竹会 終了後カフェタイム	カフェタイム	カフェタイム
多目的室		松寿会：大正琴		さくら 中村児童館	調整日	松竹会：絵手紙クラブ	
	8	9	10	11	12	13	14
ケア カフェ	お休み	カフェタイム	カフェdeボウリング 13時半～15時 カフェタイム	カフェタイム	寿会 ※１５時～ カフェタイム	カフェタイム	
多目的室		松寿会：民謡	松寿会:書道 クラブ・ラビット	中村児童館	調整日	寿会:民謡 松竹会:手芸クラブ	
	15	16	17	18	19	20	21
ケア カフェ	お休み	カフェタイム	カフェタイム	カフェタイム	カフェタイム フレイル予防講座 (オンライン会場) 14時半～15時半	カフェタイム	カフェタイム
多目的室		松寿会：大正琴	松寿会:書道 新日本婦人の会	さくら 中村児童館	調整日	松竹会：絵手紙クラブ	
	22	23	24	25	26	27	28
ケア カフェ	お休み	勤労感謝の日 （祝日）	街かど健康講座 １０時半～11時半 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
多目的室			クラブ・ラビット	中村児童館	中村体操教室 ①10時 ②11時	寿会:民謡 松竹会:手芸クラブ	
	29	30					
ケア カフェ	お休み	カフェタイム					
多目的室		松寿会：民謡					

✽娯楽室

娯楽室	月	火	水	木	金	土
午前 9時－12時30分	囲碁将棋 麻雀	カラオケ	囲碁将棋 麻雀	囲碁将棋 麻雀	カラオケ	カラオケ
午後 12時30分－17時	カラオケ	囲碁将棋 麻雀	カラオケ	囲碁将棋 麻雀	囲碁将棋 麻雀	カラオケ

ケアカフェかしわだより11月号

✽１１月イベント

	イベント名・日程	内容
当日先着	中村体操教室 26日(木)①10時- ②11時-	・介護予防体操で一緒に楽しく運動しましょう。 講師：理学療法士等、包括職員 各回定員：25名
当日先着	カフェdeボウリング 10日(火) 13時半-15時	・ゲーム機を使ってボウリングを行います。皆さんで交流しながら、身体を動かしましょう！定員：12名
事前受付	フレイル予防講座 19日(木) 14時半－15時半	・中継先の先生の講演・日常で行える運動が学べる体操教室です。定員：12名
事前受付	街かど健康講座 24日(火) 10時半-11時半	・管理栄養士や歯科衛生士、保健師による健康講座です。 テーマ：【歯周病の話 災害時のお口のお手入れ 歯科衛生士】定員：15名

～お知らせ～

◆イベント開催日のカフェスペース取り扱いについて

ケアカフェでは定期的にイベントを開催しております。その際、
カフェスペースを利用できない場合は、適宜、**当館会議室や多目的室を開放し、対応いたします。**
ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

街かどケアカフェとは？

子供から高齢者まで地域の方が
ふらっと立ち寄り、お茶を飲みながら
介護予防について学んだり、健康について
相談することができる地域の拠点です。

★連絡先★TEL:03-5848-6177 FAX:03-5848-6217

