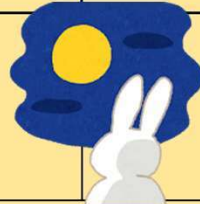




ケアカフェかしわだより9月号



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		AM: カフェdeボウリング 10時-11時半 PM: カフェタイム	カフェタイム 	AM: 松竹会 (ケアカフェ) PM: カフェタイム	カフェタイム 	カフェタイム 
6	7	8	9	10	11	12
お休み	カフェタイム 	カフェタイム 	終日カフェタイム AM: スマホ講座 (多目的室)	AM: 寿会 (ケアカフェ) AM: 中村体操教室 ①10時- ②11時- (多目的室) PM: 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
お休み	カフェタイム 	AM: カフェタイム PM: オレンジカフェ 14時-15時	カフェタイム 	AM: 敬老を祝う会 PM: フレイル予防体操 14時半-15時半	カフェタイム 	カフェタイム 
20	21	22	23	24	25	26
お休み	お休み	お休み	お休み	AM: ベジチェック ・血管年齢測定 (明治安田生命) (ケアカフェ) AM: 中村体操教室 ①10時- ②11時- (多目的室) PM: カフェタイム	カフェタイム 	カフェタイム 
27	28	29	30			
お休み	カフェタイム 	街かど健康講座 10時半-11時半 PM: カフェタイム	終日カフェタイム AM: スマホ講座 (多目的室)			

✿ 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9月号



＊9月イベント

イベント名・日程	内容
中村体操教室 10日・24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
定期イベント カフェdeボウリング 1日(火) 10時-11時半	・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
オレンジカフェ 15日(火) 14時-15時	・地域の方々、認知症の方やその家族が集まり、お茶を飲みながら情報交換や相談ができる場です。 定員:10名 テーマ:「ロバ隊長をつくろう!」
フレイル予防体操 17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
街かど健康講座 29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:[あなたの骨は健康ですか?(骨測定会)] 「健診結果」生かしていますか?保健師]定員:15名
お勧め! 明治安田生命 ベジチェック・血管年齢測定会 24日(木) 10時45分-12時45分	・機械で野菜不足や血管年齢の確認ができます。ぜひご参加お待ちしております。 ※中村体操教室利用の方はぜひご参加ください!
スマホ講座 9日・30日(水) 10時-13時 (多目的室)	・東京都主催の講座です。参加希望の方は、包括内にある案内をご確認ください。
敬老を祝う会 17日(木) 10時-11時半	・高齢者の方を対象に敬老会を開催します。いろんな催しを実施予定です。

～お知らせ～

◆クーリングスポットについて

10月22日(水)まで街かどケアカフェスペースを【クーリングスポット】として開放しています。お出かけの際など、ぜひ休憩スポットとして、ご利用ください。

◆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

