

2026年10月 街かどケアカフェけやき日程表



開館時間：午前10時～午後4時

休館日：日曜日・祝日・年末年始

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				朝の体操10:05～ お話・オールケア (オレンジの会けやき) パンの販売 おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ けやきを 飾り隊 おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ 介護相談 交流カフェ
4	5	6	7	8	9	10
	朝の体操10:05～ けやき体操 お話・体操しよう (オレンジの会けやき)	朝の体操10:05～ お話・体操しよう (オレンジの会けやき)	朝の体操10:05～ ロバの会 けん玉に 挑戦しよう!	朝の体操10:05～ カフェタイム おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ テレビゲームで 介護予防 おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ カフェタイム
11	12	13	14	15	16	17
	朝の体操10:05～ お話・図画工作 (オレンジの会けやき) スポーツの日	朝の体操10:05～ お話・図画工作 (オレンジの会けやき)	朝の体操10:05～ カフェタイム	朝の体操10:05～ にこにこスポーツ プログラムけやき (3階集会室)	朝の体操10:05～ 街かど健康講座 (管理栄養士)	朝の体操10:05～ カフェタイム
18	19	20	21	22	23	24
	朝の体操10:05～ けやき体操 オレンジカフェ えんがわ	朝の体操10:05～ お話・体操しよう (オレンジの会けやき)	朝の体操10:05～ おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ 練馬区薬剤師会 による講座	朝の体操10:05～ スマホ個別相談	朝の体操10:05～ カフェタイム
25	26	27	28	29	30	31
	朝の体操10:05～ カフェタイム お話・図画工作 (オレンジの会けやき) おしゃべりサロン ゆったり	朝の体操10:05～ お話・図画工作 (オレンジの会けやき)	朝の体操10:05～ テレビゲームで 介護予防 大泉コロナの会	朝の体操10:05～ 大泉 ほっと ・ケアマネット	朝の体操10:05～ オンライン講座 介護予防・フレイル予防講座	朝の体操10:05～ カフェタイム

★パンの販売は、やすらぎの杜パン工房から毎月第1木曜日の12時半からです。

講座・イベントの詳細は
裏面でご確認ください

南大泉地域包括支援センター 街かどケアカフェけやき

申し込みは、ご来所・電話にてお願いします

電話：03-3923-5556



イベント情報は
こちらへ



南大泉5-26-19

街かどケアカフェけやきイベント情報

ロバの会 (手作り地域貢献)	第1水曜日 10/7(水) 10:30~11:45	毎月第1水曜日 手工芸を通して地域貢献をしたい方 大歓迎! ロバ隊長作りをしています。
けん玉に 挑戦しよう!	第1水曜日 10/7(水) 14:00~15:00	(出入り自由) 高齢者も子どもも 一緒に楽しみましょう!
けやき体操	第1・3月曜日 10/5・19(月) 10:30~11:00	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)	毎週火曜日 10/6・13・20・27 10:30~11:30 第1木曜日 10/1は11:30~	お茶を飲みながら、もの忘れ予防のお話、 情報交換・相談が出来ます。
けやきを飾り隊♥	第1金曜日 10/2(金) 10:30~11:45	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。

★パンの販売 10/1(木) 12:30~ (やすらぎの杜パン工房)

一地域のみなで、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

10月の開催は 1日・9日・21日・27日

こどもたちとの交流も
たのしみ!

午後13:30~15:30



事前申し込みの必要なイベント

介護相談・交流カフェ	10/3(土) 14:00~16:00	~認知症ケア専門士が教える~ いつまでも元気であるための豆知識
テレビゲームで介護予防!	10/9(金) 28(水) 10:30~11:45	テレビゲームを使った スポーツ対戦競技
スマホ個別相談	10/23(金) 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 会場は3階集会室です	10/15(木) 13:30~15:00	簡単フィットネス体操で運動不足を
オレンジカフェえんがわ 会場は3階集会室です	10/19(月) 14:00~15:30	慈雲堂病院出前講座えんがわ 「管理栄養士さんに聞いてみよう」
練馬区薬剤師会による講座	10/22(木) 10:30~11:30	薬剤師さんからのお話 —便秘—
コグニサイズで脳トレしよう	10/29(木) 14:00~15:30	大泉地域のケアマネジャーによる企画 (大泉ほっと・ケアマネット)
街かど健康講座 (管理栄養士)	10/16(金) 10:30~11:30	骨粗鬆症予防~健骨講座
オンライン講座 介護予防-フレイル予防講座	10/30(金) 14:30~15:30	理学療法士が伝える 【認知×運動】認知機能と運動の意外な関係

認知症介護家族の会

大泉コロナの会

10/28(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。