

2026年2月 街かどケアカフェけやき日程表

日	月	火	水	木	金	土
1 休業日	2 けやき体操 10:30~11:00	3 お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	4 朝の体操10:05~	5 口バの会 (手づくりサロン) 10:30~11:45	6 パンの販売 12:30~13:30頃	7 けやきを 飾り隊 10:00~11:30
8 休業日	南大泉図書館による おはなし会 15:00~15:30	カフェタイム	けん玉に 挑戦しよう! 14:00~15:30	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
9	10	11	12	13	14	
10 休業日	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~
11	スマホ個別相談 10:00~12:00 (1人30分)	お話・図画工作 (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	建国記念の日	カフェタイム	テレビゲームで 介護予防 10:30~11:45	カフェタイム
12	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	
13	14					
15 休業日	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~
16	けやき体操 10:30~11:00	お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	カフェタイム	カフェタイム	街かど健康講座 (歯科衛生士) 10:30~11:30	カフェタイム
17	カフェタイム	スマホ個別相談 13:00~15:00 (1人30分)	おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	理学療法士が伝える!介護 予防・フレイル予防 14:30~15:30	カフェタイム	
18	19	20	21			
19 休業日	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~
20	けやき体操 10:30~11:00	お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	カフェタイム	にこにこスポーツ プログラムけやき 13:30~15:00	街かど健康講座 (歯科衛生士) 10:30~11:30	カフェタイム
21	カフェタイム	スマホ個別相談 13:00~15:00 (1人30分)	おしゃべりサロン ゆったり 13:30~15:30	理学療法士が伝える!介護 予防・フレイル予防 14:30~15:30	カフェタイム	
22	23	24	25	26	27	28
23 休業日	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~	朝の体操10:05~
24	天皇誕生日	お話・図画工作 (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	テレビゲームで 介護予防 10:30~11:45	カフェタイム	カフェタイム	カフェタイム
25	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				
26						
27						
28						



お茶を飲みながら
自由に、ゆっくりと
過ごしましょう



「けやきを飾り隊」は
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ます



★パン屋さんは、やすらぎの杜パン工房から毎月第1木曜日の販売です

【練馬区主催】

★理学療法士が伝える介護予防フレイル予防講座は、2/19(木) オンラインです(モニターを見て行う)
講座内容は「脳卒中の予防」です。

街かどケアカフェは、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
憩いの場所です。

月曜日～土曜日 10:00～16:00
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



イベント情報は
こちらへ



2026年2月 街かどケアカフェけやきイベント情報



ロバの会 (手づくりサロン)	2/4(水) 10:30~11:45	毎月第1水曜日 フェルトでロバを作成中 ロバ隊長作り等興味ある方大歓迎!!
けん玉に挑戦しよう!	2/4(水) 14:00~15:30	毎月第1水曜日 高齢者も子どもも 一緒に楽しみましょう!
けやき体操	2/2(月)・16(月) 10:30~11:00	毎月第1・3月曜日 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)	2/3・10・17・24(火) 10:30~11:30	毎週火曜日お茶を飲みながら、もの 忘れ予防、情報交換や相談もできます。
南大泉図書館による おはなし会	2/2(月) 15:00~15:30	若いも若きも童心に帰り 絵本を楽しみましょう
スマホ個別相談	2/9(月)10:00~12:00 17(火)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	2/19(木) 13:30~15:00	簡単フィットネス体操で運動不足を解消 しましょう(タオルをご持参ください)
テレビゲームで介護予防! (ボウリング)	2/13(金)・25(水) 10:30~11:45	テレビゲームを使った スポーツ対戦競技
理学療法士が伝える! 介護予防・フレイル予防講座!	2/19(木) 14:30~15:30	理学療法士が伝える講座&体操 2月は脳卒中の予防
街かど健康講座 (2月は歯科栄養士)	2/20(金) 10:30~11:30	「唾液力」アップ 歯科定期健診のすすめ
大泉コロナの会 認知症介護家族の会	2/25(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

事前に申し込みをお願いします

—地域のみんなで、
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



男性も来ているので、
安心しました。



こどもたちとの
交流も
たのしみ

2月の開催は
5日・13日・18日・24日

はじめてでも、
楽しく参加できた!

午後13:30~15:30

