

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	2	3	4	5	6	7
休業日	朝の体操10:05~ けやき体操 10:30~11:00 南大泉図書館による おはなし会 15:00~15:30	朝の体操10:05~ お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	朝の体操10:05~ ロバの会 (手づくりサロン) 10:30~11:45	朝の体操10:05~ パンの販売 12:30~13:30頃	朝の体操10:05~ けやきを飾り♡隊 10:00~11:30	カフェタイム
	カフェタイム 	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 	
8	9	10	11	12	13	14
休業日	朝の体操10:05~ スマホ個別相談 10:00~12:00 (1人30分)	朝の体操10:05~ お話・図画工作 (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	朝の体操10:05~ 建国記念の日	朝の体操10:05~ カフェタイム 	朝の体操10:05~ テレビゲームで 介護予防 10:30~11:45 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 				
15	16	17	18	19	20	21
休業日	朝の体操10:05~ けやき体操 10:30~11:00	朝の体操10:05~ お話・体操しよう (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	朝の体操10:05~ カフェタイム 	朝の体操10:05~ 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	朝の体操10:05~ 街かど健康講座 (歯科衛生士) 10:30~11:30	カフェタイム
	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
休業日	天皇誕生日 	朝の体操10:05~ お話・図画工作 (オレンジの会 けやき) 10:30~11:30	朝の体操10:05~ テレビゲームで 介護予防 10:30~11:45	朝の体操10:05~ カフェタイム 	朝の体操10:05~ 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	大泉コロナの会 認知症介護家族の会 13:30~15:30			



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てます



★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



事前に申し込みをお願いします

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	老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

—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

午後13:30~15:30

はじめてでも、
楽しく参加できた!

