

街かどケアカフェけやき 12月のご案内

年末年始のお知らせ…12月29日(水)～1月3日(月)までお休みです。

『街かどケアカフェけやき』はどんなところ？



- ◇ お茶を飲みながらゆったり過ごせる、くつろぎと憩いの場です。
- ◇ 健康づくり・介護予防や認知症予防に関する講座販売やイベントがおこなわれています。
- ◇ 専門スタッフに健康や認知症に関する相談ができます。

営業日：毎週月曜～土曜日(日曜・祝日は休み) 10:00～16:00



*新型コロナウイルス感染状況により、中止など予定変更になる場合がございます。

新型コロナウイルス感染症対策を継続中

※マスクの着用・手指消毒・検温・利用者簿への記入のご協力をお願いします。

12月のイベント・講座のご案内…すべての講座は無料です。場所は 3階集会室

- 1日(水) ㊦高齢者みんな健康プロジェクト 13:30～14:30頃 事前申し込み 定員 24名
「食べて元気に ちゃんとごはん」といきいき栄養講座」実演3品 電子レンジを使用します!
- 7日(火) 練馬区薬剤師会 10:30～11:30 事前申し込み 定員 24名
- 10日(金) 口腔講座 13:30～14:15 事前申し込み 定員 24名
「おもちでの窒息を防ぐために」脳トレ「かむかむ元気」
- 16日(木) 「にこにこスポーツプログラムけやき」1部 13:00～14:00 2部 14:15～15:15
事前申し込み 定員各7名
簡単フィットネスで運動不足を解消! *持ち物…タオル・バスタオル
- 22日(水) 「大泉コロナの会・練馬認知症介護家族の会」13:30～15:30 事前申し込み 定員 12名
*介護について語りたい方、情報がほしい方、お気軽にお出かけください。
- 24日(金) 栄養講座 13:30～14:15 事前申し込み 定員 24名 「栄養から考える認知症予防」

12月のおしゃべりサロンゆったり

13:30～15:30 事前申し込み 【場所は3階集会室】

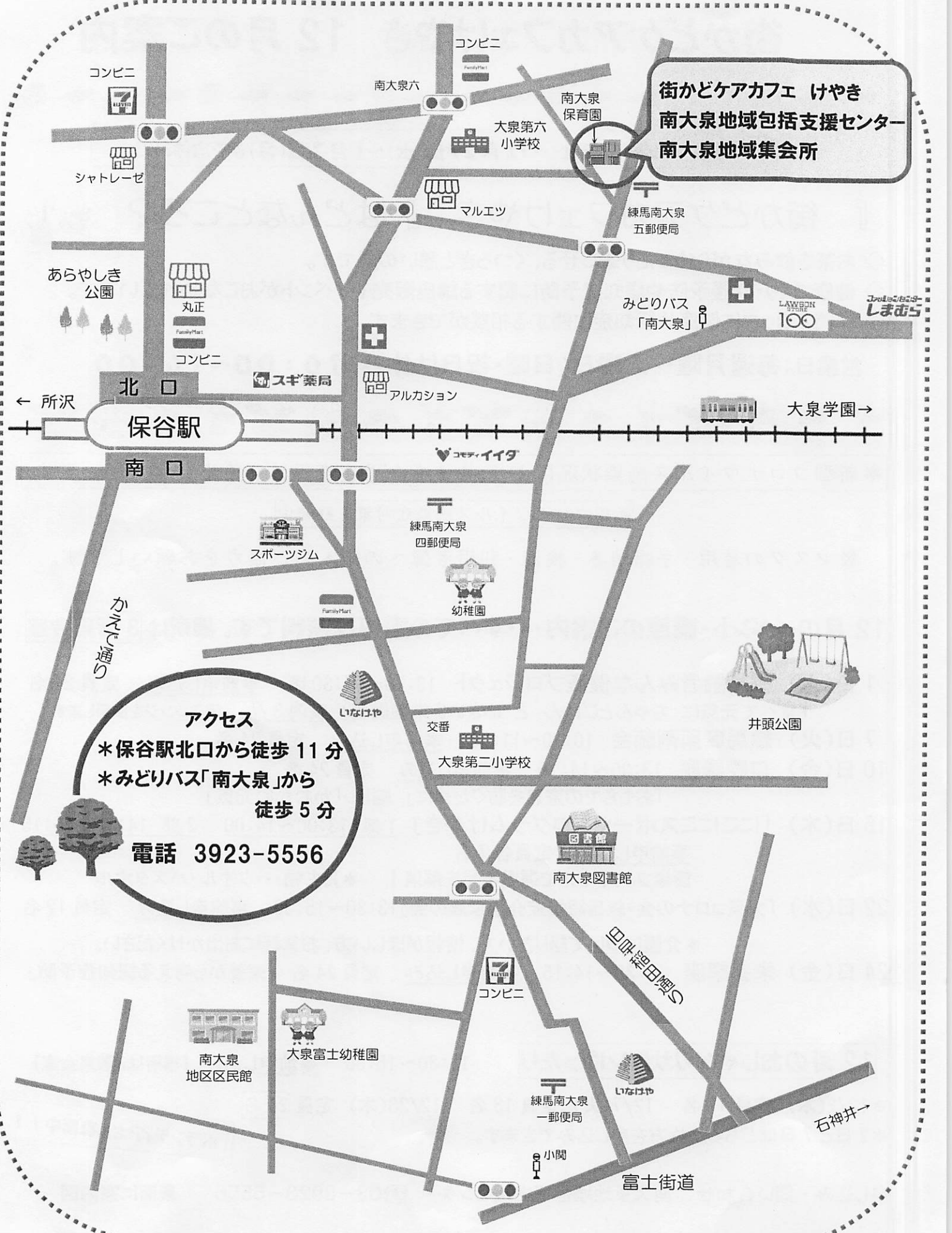
*12/2(木) 定員 13名 12/7(火) 定員 13名 12/23(木) 定員 24名

*2日と7日はどちらか片方を申し込みできます。

ボランティアさん募集中!!

申し込み・問い合わせ : 南大泉地域包括支援センター ☎03-3923-5556 裏面に案内図

街かどケアカフェけやき 案内図



街かどケアカフェ けやき
 南大泉地域包括支援センター
 南大泉地域集会所

アクセス
 *保谷駅北口から徒歩 11分
 *みどりバス「南大泉」から
 徒歩 5分
 電話 3923-5556