

# 2025年 6月



高野台地域包括支援センター 03-5372-6300

## 街かどケアカフェこぼし日程表



申込み開始日：5月20日 火曜日 10時～

日  
1  
休業日

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
イスでゆるらく体操 10：30～ ☆カフェタイム	これから塾 13：30～ ★事前申込制 チラシ参照 これから塾までお申込み下さい	①もの忘れ予防体操 10:30～ 事前申込制 チラシ参照 ☆カフェタイム	☆カフェタイム ☆カフェタイム 街かど健康講座 (保健師) 10：30～ 白い箱の会 14：00～	☆カフェタイム ご一緒に歌いましょう♪ 13：30～15：00	☆カフェタイム	休業日
9	10	11	12	13	14	15
イスでゆるらく体操 10：30～ ☆カフェタイム	☆カフェタイム	☆カフェタイム ②もの忘れ予防体操 10:30～ 事前申込制 チラシ参照 ☆カフェタイム	☆カフェタイム 理学療法士によるオンライン 介護予防・リハビリ予防講座 「腰痛予防」14：30～	☆カフェタイム わくわく絵本 13：30～ パンの販売 14:30～	☆カフェタイム	休業日 
16	17	18	19	20	21	22
イスでゆるらく体操 10：30～ ☆カフェタイム	☆カフェタイム	☆カフェタイム	☆カフェタイム	☆カフェタイム テレビでポーリング 14：00～ 事前申込制チラシ参照	☆カフェタイム	休業日
23	24	25	26	27	28	29
イスでゆるらく体操 10：30～ ☆カフェタイム	☆カフェタイム 管理栄養士さんと話そう 身長体重測定会 14：00～ 事前予約制	☆カフェタイム ☆富士見介護家族の会 13:30～	☆カフェタイム	焼き菓子/クッキー販売 11：00～13：00 ☆カフェタイム	☆カフェタイム	休業日
30	イスでゆるらく体操 10：30～ ☆カフェタイム					

★ カフェタイムは、皆様が交流を持ち、くつろぐことができる時間です。  
 ★ 「もの忘れ予防体操」「テレビでポーリング」は事前申込み制です。  
 ★ 「スーパートフォン教室」はコールセンターにお申込み下さい。  
 ★ 富士見家族介護の会は隣の集会所で実施します。

