

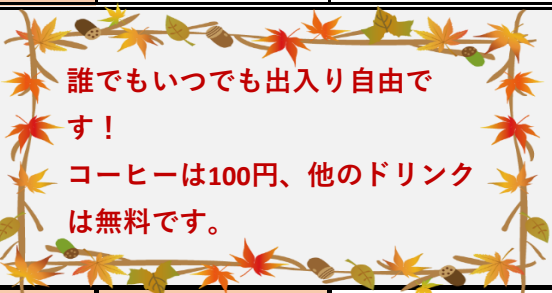


街かどケアカフェいちょう 11月予定



街かどケアカフェで楽しいリラックスタイムを！



日	月	火	水	木	金	土
 誰でもいつでも出入り自由です！ コーヒーは100円、他のドリンクは無料です。						1
						カフェタイム
2	3	4	5	6	7	8
am 休	休	整体体操	ゆるらく体操 お口の体操	カラオケ	街かど健康講座	カフェタイム
pm		カラオケ	スマホ教室①	カフェタイム	麻雀・囲碁・将棋	
9	10	11	12	13	14	15
am 休	麻雀・囲碁・将棋	ぎんなんの会	ゆるらく体操 お口の体操	カラオケ	カフェタイム	カフェタイム
pm	テレビゲームで ボウリング	秋のフルーツ コンサート	スマホ教室②	すまいる♡すまいる フレイル予防	麻雀・囲碁・将棋	
16	17	18	19	20	21	22
am 休	歌声いちょう	折り紙で 楽しく脳トレ	ゆるらく体操 お口の体操	かんたん 小物作りの会	オレンジカフェ	カフェタイム
pm	カフェタイム	カラオケ	スマホ教室③	PTが伝える！ 介護予防・フレイル 予防講座！	麻雀・囲碁・将棋	
23	24	25	26	27	28	29
am 休	休	クイリングで ツリーを作ろう！	ゆるらく体操 お口の体操	カラオケ	カフェタイム	カフェタイム
pm		カラオケ	スマホ教室④	カフェタイム	麻雀・囲碁・将棋	
30	☆お問い合わせ先☆ 高野台西地域包括支援センター ☎03-6913-1515 (高野台5-24-1) 					
休						

