

# 街かどケアカフェはるのひカレンダー

## 2023年2月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、順延や中止となる場合がございます。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
			カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	モノづくり	カラオケ(音楽室) 10~13時 お絵描きタイム 13時~16時	囲碁将棋 (集団学習室)
5	6	7	8	9	10	11
休み	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	いきがいデイ 10~13時 いきいき体操 (集団学習室)	カラオケ(音楽室) /俳画教室 囲碁将棋タイム 13時~16時	モノづくり 口腔講座 14時~15時	カラオケ(音楽室) 10~13時 お絵描きタイム 13時~16時	休み
12	13	14	15	16	17	18
休み	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	いきがいデイ 10~13時 本人ミーティング (集団学習室)/記憶のトレーニング	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	モノづくり 栄養講座(カフェ内)/フレイル予防体操(集団学習室)	カラオケ(音楽室) 10~13時 お絵描きタイム 13時~16時	囲碁将棋 (集団学習室)/読み聞かせ 14:00-15:00
19	20	21	22	23	24	25
休み	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	いきがいデイ 10~13時 いきいき体操 (集団学習室)	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	休み	カラオケ(音楽室) /うたごえ喫茶 (11~12時) お絵描きタイム 13時~16時	囲碁将棋 (集団学習室)
26	27	28	DVD体操(10分程度)実施中! 毎営業日の10:50頃と13:50頃の2回です。 詳細は、カフェ職員にお声がけください。			
休み	カラオケ(音楽室) 10~13時 囲碁将棋タイム 13時~16時	いきがいデイ 10~13時 記憶のトレーニング 15:00-15:40				

## ❀ 出張型街かどケアカフェはるのひ ❀

🎵ほほえみコンサート@早宮地域集会所 会議室1・2

2月10日(金) 1部(前半) 13:50-14:30 2部(後半) 14:50-15:30  
身体や頭を動かして、楽しい時間を過ごしましょう!

🎵健康長寿◎はるのひ体操@氷川台地区区民館 音楽室

2月15日(水) 1部(前半) 14:10-14:45 2部(後半) 15:05-15:40  
簡単な体操あり!脳トレあり!椅子に腰かけたままでもOK!

お問い合わせは、北町はるのひ地域包括支援センター(北町6-35-7 Tel:03-5399-5347)まで。  
営業時間は、月曜から土曜の10:00~16:00です。みんなが心地よく過ごせますように…