

街かどケアカフェはるのひカレンダー

2023年4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
<p>受話器マーク「☎」のある講座は事前申込み制です。 詳細は裏面にてご確認ください。 毎月1日より、お電話（03-5399-5347）や来所時にて ご予約受付中！</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	☕ ☎いきいき体操 (集団学習室)	☕ 囲碁将棋外仏	モノづくり ☕	☎カラオケ (音楽室) お絵描きタイム	囲碁将棋 (集団学習室)
9	10	11	12	13	14	15
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	☎手づくりカフェ ☎記憶の トレーニング	☎カラオケ(音楽室) ☎俳画教室 囲碁将棋外仏	モノづくり ☎口腔講座	☎カラオケ (音楽室) お絵描きタイム	囲碁将棋 (集団学習室) ☎読み聞かせ
16	17	18	19	20	21	22
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	☎読み聞かせ ☎いきいき体操 (集団学習室)	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	モノづくり ☕	☎カラオケ (音楽室) お絵描きタイム	囲碁将棋 (集団学習室)
23/30	24	25	26	27	28	29
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	☎椅子に座って フラダンス ☎記憶トレーニング ☎本人ミーティング	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋外仏	モノづくり ☎栄養講座	☎カラオケ(音楽室) ☎うたごえ喫茶 お絵描きタイム	休み

❀ 出張型街かどケアカフェはるのひ ❀

🍵健康長寿◎はるのひ体操 @氷川台地区区民館 音楽室
 (練馬区氷川台2-16-14)

日時：4月12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！
 動きやすい服装でお越しください。

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…