

# 街かどケアカフェはるのひカレンダー

## 2023年8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。

受話器「☎」のある講座は事前申込み制です。毎月1日の9:30より  
お電話（03-5399-5347）や来所時にてご予約受付中！

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 ☎スマホよろず相談 「修」活カフェ ☎いきいき体操 (集団学習室)	2 ☎俳画教室 ☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	3 ☎スマートフォン教室 	4 ☎カラオケ (音楽室) お絵描きタイム	5 囲碁将棋 (集団学習室)
6	7	8	9 	10	11	12
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	 ☎介護予防 フィットネス	<b>夏休み特別企画</b> ウクレレ演奏会 ☎囲碁将棋タイム	☎スマートフォン教室 ☎口腔講座 ☎記憶のトレーニング	休み	囲碁将棋 (集団学習室)
13	14	15	16	17	18	19
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	☎絵本読む読む お口の体操 ☎いきいき体操 (集団学習室)	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	 	篠田先生の健康ダンス ☎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
20	21	22	23	24	25	26
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	 	☎カラオケ (音楽教室) 囲碁将棋タイム	 ☎栄養講座 ☎記憶のトレーニング	11時～うたごえ喫茶 ☎カラオケ (音楽室) お絵描きタイム	囲碁将棋 (集団学習室)
27	28	29	30	31	<b>夏休み特別企画</b> ウクレレ演奏会・赤ちゃんお世話体験・食育チャレンジ・歯みがき教室・輪投げ・風船バレー・ベジチェック・血管年齢測定の楽しい企画が盛り山です！奮ってご参加ください！	
休み	☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	☎椅子に座って フラダンス (11時～) 本人ミーティング (集団学習室)	☎転倒予防講座 ☎カラオケ (音楽室) 囲碁将棋タイム	 		

## ❀ 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：8月16日(水)

1部 14:10～14:45 (35分)

2部 15:05～15:40 (35分)

