

2026

ケアカフェつつじ便り

令和8年7月21日発行

8月

August

* 熱中症予防のため、8月は全ての講座がお休みです。

月	火	水	木	金	土
* クーリングスポット(涼みどころ)として開放しています。 * 外出時に暑さを感じた際の休憩場所として、ご活用ください。					1 カフェタイム ☕
3 カフェタイム ☕	4 カフェタイム ☕	5 カフェタイム ☕	6 カフェタイム ☕	7 カフェタイム ☕	8 カフェタイム ☕
10 カフェタイム ☕	11 山の日 (お休み)	12 カフェタイム ☕	13 カフェタイム ☕	14 カフェタイム ☕	15 カフェタイム ☕
17 カフェタイム ☕	18 カフェタイム ☕	19 カフェタイム ☕	20 カフェタイム ☕	21 カフェタイム ☕	22 カフェタイム ☕
24 カフェタイム ☕	25 カフェタイム ☕	26 カフェタイム ☕	27 カフェタイム ☕	28 カフェタイム ☕	29 カフェタイム ☕
31 カフェタイム ☕					

8月の

将棋ボランティアは
お休みです。

～会議室開放について～

熱中症対策のため、

熱中症特別警戒アラート発令時は開放中止です。

外出に危険を伴う暑さとなる日も予想されますので、
体調を最優先にしてご判断ください。熱中症予防には、室内でもこまめな水分・塩分補給が
大切です。

各自でご持参ください。



●○カラオケ・囲碁・将棋●○

<開放日時>

毎週月曜日・金曜日(祝日はお休み)

カラオケ(会議室9): 10時～13時

(歌唱は12:50まで)

囲碁・将棋(会議室8): 13時～16時

街かどケアカフェつつじ

【住所】 東京都練馬区貫井1-9-1
中村橋区民センター 2階

【電話番号】 03(3577)8815

【開館時間】 10:00～16:00

【休館日】 日曜日・祝日・年末年始
(12月29日～1月3日)

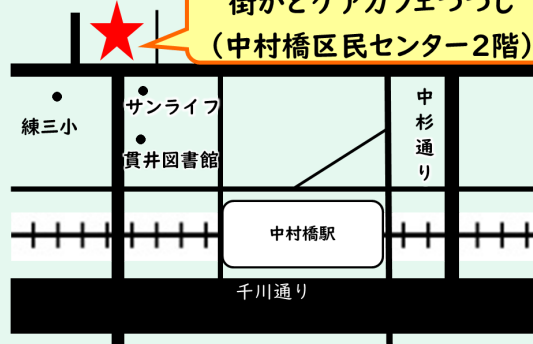
【アクセス】 電車: 西武池袋線 中村橋駅北口 徒歩5分



(ホームページ)

街かどケアカフェつつじ

(中村橋区民センター2階)



●○講座詳細・申し込み方法●○



※抽選制のイベント

つつじ体操	8月～9月お休み 10月再開	<u>熱中症予防のため、8月、9月はお休みです。</u> <u>10月より再開します。</u>
おりがみサロン	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。

※事前申込みのイベント(先着順)

English Action !	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。
街かど健康講座	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。
ナンプレ教室	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。
介護予防・フレイル予防講座	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。

※当日先着順のイベント（事前予約不要）

わくわく絵本	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。
つつじお楽しみ会 by湯ちゃぶの会	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休みです。 9月は特別イベントとして、「出張つつじお楽しみ会」を区民センター1階ホールにて開催予定です。（下部案内参照）
オレンジカフェ ゆとりろ	8月～9月お休み 10月再開	<u>熱中症予防のため、8月、9月はお休みです。</u> <u>10月より再開します。</u>
つつじ ボウリング	8月お休み	熱中症予防のため8月はお休み、9月から再開予定です。

～9月のつつじお楽しみ会について～

9月は出張つつじお楽しみ会として、ヴァイオリンコンサートを開催します。

区民センター内、他施設の利用者も参加します。

日時: 9/8 10時30分～11時20分

会場: 区民センター1階ホール(鶴の間)

※会場の都合により**事前申込、先着順**でのご案内となります。

定員: 30名 申込期間: 8月1日～8月31日まで



会場、開催時間が通常と異なりますので、ご注意ください！！