

2026年

1月 カレンダー

はちまるサポート石川 交流スペース

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
はちまるサポート石川は年始は1月5日（月）から開所します。			かたらいカフェ石川は年始は1月6日（火）から再開します。			
4	5	6	7	8	9	10
			団体使用	団体使用	金曜会 (介護予防体操)	認知症サポーター養成講座 10:00～11:30
		かたらいカフェ 音楽を楽しむ会～歌体操～ (事前申込制) 13:20～14:20	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ	
11	12	13	14	15	16	17
成人の日			団体使用		らくらく体操教室 (介護予防体操)	石川子ども食堂 11:00～14:00 予約制 詳細は裏面
		かたらいカフェ	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ 自分の身体を知る栄養 講座(事前申込制) 13:00～14:00	～17:00団体使用
18	19	20	21	22	23	24
			団体使用		金曜会 (介護予防体操)	
		かたらいカフェ	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ	
25	26	27	28	29	30	31
団体使用			団体使用		らくらく体操教室 (介護予防体操)	
団体使用	かたらいカフェ	団体使用	かたらいカフェ	かたらいカフェ 工作・水仙の壁飾り (事前申込制)		

かたらいカフェ石川1月イベント情報

毎週火・木・金曜 12:00～15:00 参加費:大人 200 円、子ども無料

お菓子付き・コーヒー・紅茶・昆布茶などおかわり自由

みなさまの憩いの場「かたらいカフェ石川」にお気軽にお立ち寄りください。

お菓子とおかわり自由のお飲み物でボランティアの皆さんが温かくお迎えいたします。

毎月第1火曜日

今回は2月3日(火)

カフェは
12時からです

年始は1月6日(火)
から再開。

音楽を楽しむ会～歌体操～

1月6日(火)13:20～14:20

ハーモニカとギターの生演奏をバックに歌いながら
楽しく体操も行い介護予防に活かしましょう！

事前申込制:20名

講座

これからもずっと元気に！

自分の身体を知る栄養講座

1月16日(金)
13:00～14:00

管理栄養士さんをお迎えして身体と栄養について学びます

事前申込制:20名

工作

折り紙 水仙の壁飾り

1月30日(金)12:00～15:00

早春の花、水仙の折り紙で壁飾りを作ります。
飾って春を迎えましょう！

事前申込制:8名



イベントは事前申込制です。申し込みはスタッフへお声をかけるか、はちまるサポート石川までお電話ください。

「かたらいカフェ
石川」でボランティア
を募集中！

石川子ども食堂よりお知らせ

1月17日(土) 食堂開催予定

予約制

参加費:大人 300 円、子ども(無料) 各回約 15 名

予約制:①11:00 ②11:45 ③12:30 ④13:15

予約方法:【ネット予約】1月12日(月)～

【電話予約】1月16日(前日)と1月17日(当日) 9:00～

石川子ども食堂予約



◆会場&お問合せ先

八王子市社会福祉協議会

はちまるサポート石川

住所:石川町 481 石川事務所2階

☎ 042-649-3390

✉ sasaesai-ishikawa@8-shakyo.or.jp

URL <https://www.8-shakyo.or.jp>

開所日時:月曜日～土曜日

9:00～17:00

休日:日曜・祝日

年末年始

