

多世代交流スペース「はまるーむ」広報紙 プレイス PLACE 9月号

中央区社会福祉協議会
令和7年9月1日発行

中央区社会福祉協議会
イメージキャラクター ニジノコ

コミュニティカフェ 企画運営メンバー募集

子どもからお年寄りまで、
誰でもふらっと立ち寄れるカフェ
そんな「地域のたまり場」を
一緒に作ってみませんか？



9/11(木)・21(日)
14～16時
見学会にお越しください

募集内容

2025年12月から月1回(日曜日)開催予定
一緒に作り、盛り上げてくれる方を
募集します！

- 〈活動内容の例〉
- カフェの構想検討
(カフェ名称や開催時間、運営方法の検討など)
- カフェの運営
(受付、お茶出し、話し相手など)
- チラシや広報物作り
- 企画・アイデア出し などなど

コミュニティカフェについて
詳しくはこちらへ▶



～アクセス・問合せ先～

中央区社会福祉協議会 ささえあい課

☎ 03-3523-9295 / 080-4609-1420

✉ sasae@shakyo-chuo-city.jp

📍 中央区日本橋浜町3-40-3 1階

【アクセス】

- 都営新宿線 浜町駅A2出口 徒歩5分
- 都営バス[錦11] 浜町2丁目バス停 徒歩3分
- 江戸バス北循環 浜町敬老館バス停 徒歩2分

⚠ 駐輪場はありません。お越しの際は公共交通機関をご利用ください。



活動紹介

多 多世代向け 高 高齢者向け 子 子ども・子育て世代向け
♥ 費用負担あり ◆ 要予約

おとなりカフェ・ちょこっと相談会

～楽しみ方はあなた次第～

コーヒーやジュースなどを楽しめるカフェと、皆さまのお困りごとの相談に当会職員が応じる相談会。

【開催日時】木曜、第1・3日曜 13:00～17:00
【予約】不要
【ドリンク代】100円・おかわり自由 ※未就学児無料

月に1回カフェと同時開催

シルバーワーク中央 おしごと相談会

おおむね55歳以上の仕事探しをお手伝いするシルバーワーク中央が出張相談会を開催しています。求人のごことや応募書類・面接など、仕事探しに関することなら何でもご相談にのります。

【開催日時】第3木曜 13:00～17:00
【予約】不要 【参加費】無料

高齢者通いの場 カラフル

～概ね65歳以上の方のための地域サロン活動～

粹トレ、歌体操、脳トレ、折り紙など、おひとりでも、お友だちと一緒にでも、お気軽にご参加ください♪途中参加/退室も大丈夫です。

【開催日時】第2・3水曜 14:00～16:00
【予約】不要 【参加費】無料

かなで

～ひとりで悩んでいませんか？～

学校へ行きづらい、行きしぶりのあるお子さん(小・中学生程度)とその親の交流の場です。お子さんも一緒に参加できます。ゆるりと、お気軽にお越しください。
【開催日時】9/10(水)・24(水) 10:00～12:00
【予約】不要 【参加費】無料

ワーママ・カフェ

～等身大のママ同士でつながろう～

ワーキングマザー(子育てしながら働く女性)の交流の場です。キャリアやお金、子育てなど、等身大の自分で話し、つながりませんか？お子様連れ可。プレママも歓迎です。
【開催日時】第4土曜 14:00～15:00
【予約】不要 【参加費】100円

なのはな相談所

～日頃抱える不安を受け付けます～

どなたでもご参加いただける居場所です。お茶を飲みながらゆったりお話しませんか。終活・仕事のお悩み、気になる家計の見直し、現役看護師が心とからだのお悩みに対応します。

【開催日時】第3金曜 13:30～16:30
【予約】不要 【参加費】無料

カトレアサロン

～食事と運動で筋力UP!!～

概ね60歳以上の方向けに、身体づくりに必要な運動や食事を実践しながら、交流できる場です。予約・参加費不要なので、お気軽にご参加ください！

【開催日時】第1・3金曜 10:15～11:45
【予約】不要 【参加費】無料

スマホちょこっと相談会

～スマホを楽しく便利に安全に～

スマホやLINEの基本的な使い方やちょっとした困りごとの相談に「スマホささえ隊(ボランティア)」や職員が応じます。

【開催日時】第2・4月曜 14:00～15:00
【予約】不要 【参加費】無料

保活座談会

～子育てのこと、話しましょう～

子育てと保育園生活についての意見交換や情報交換をする会です。お子さんと一緒にご参加いただけます。プレママも大歓迎です！

【開催日時】第4土曜 13:00～14:00
【予約】不要 【参加費】無料

リバーサイドツインズ

～集まれ！多胎児/パパママ～

多胎家庭の孤育で解消・情報交換の場です。プレママ・プレパパも歓迎です！

【開催日時】9/13(土) 10:00～12:00
【予約】要 ※ささえあい課までお問合せください
【参加費】不要

多世代交流スペース「はまるーむ」 9月利用予定表

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
高齢者 子ども・子育て どなたでも	1	2	3	4  13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	5 10:15～11:45 カトレアサロン	6 休
7 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	8 14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	9 休	10 ※下記時間以外は閉館 10:00～12:00 かなで 14:00～16:00 通いの場「カラフル」	11  13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	12  10:00～12:00 リバーサイドツインズ	13 10:00～12:00 リバーサイドツインズ
14 休	15 敬老の日 休 	16 休	17 ※下記時間以外は閉館 14:00～16:00 通いの場「カラフル」	18 シルバーワーク中央 お仕事相談会 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	19 10:15～11:45 カトレアサロン 14:00～16:30 なのはな相談所	20 休
21  13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	22 14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	23 秋分の日 休 	24 ※下記時間以外は閉館 10:00～12:00 かなで	25 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	26 	27 13:00～14:00 保活座談会 14:00～15:00 ワーママ・カフェ
28 休	29	30 休	★ の記載日はおとなりカフェ見学会を行います。 コミュニティカフェの運営企画に興味がある方はぜひお越しください		開館時間：10時～18時 ※「休」表記のある日以外は開館しています。 ※団体利用時間帯の前後は準備・片付けを行っている可能性があります。	

ご好評につき、かき氷提供期間延長！ なくなり次第終了

中央区社会福祉協議会