

プレイイス

# PLACE

## 10月号

中央区社会福祉協議会  
イメージキャラクター ニジノコ

### 実写版すごろく

今月の**多世代交流サロン**は実写版すごろくをします。ボード上でしかなかったすごろくが実写版になると何が起こるのか！？

10/20(月)  
15:30~

### ハロウィーンWEEK

10/20(月)～31(木)ははまるーむがハロウィン仕様になっています♪  
10/31(金)には、なんと、スペシャルゲストが登場！普段とはちがう姿が見れるかも、、、

### ～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II] 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

⚠ 駐輪場はございません。お越しの際は公共交通機関をご利用ください。



## 活動紹介

多世代向け 高齢者向け 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。

10/30は特別メニューが登場予定!お楽しみに!

【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。

求人のことや応募書類・面接など、仕事探しに関するこ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

### カトレアサロン

～食事と運動で筋力UP!!～

概ね60歳以上の方に向けに、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

### 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

### 多世代交流サロン

～世代を超えた楽しい時間を～

頭や身体・手先を使い、毎回気まぐれな内容で楽しい時間を過ごしましょう。体操、クイズ大会、むかし遊び、工作など。

今月は、**すごろく**を体験しましょう！

【開催日時】第3月曜 15:30～16:30

【予約】不要 【参加費】無料

### 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

### スマホちょっと相談会

～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

### 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、お気軽に越しください。

【開催日時】10/15(水)・29(水) 10:00～12:00

【予約】不要 【参加費】無料

★コミュニティカフェ★ おしゃらせ  
企画運営メンバー募集！

子どもからお年寄りまで誰でも気軽に立ち寄れる**地域のたまり場**を新しく作ってみませんか？

カフェの見学会も行っています！是非お越しください！



※詳細はこちらから！



# 多世代交流スペース「はまるーむ」10月利用予定表



日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
お知らせ  長きにわたりご愛顧いただいているはまるーむについて より地域のみなさまに活用していただけるよう準備を進めております。 そのため、 <b>11月より</b> 当面のあいだ <b>土曜日は閉館</b> いたします。 <b>※第2・第4土曜日の活動団体への貸し出しは継続します</b> ご理解とご協力をお願ひいたします。		1 休	2 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	3 10:15~11:45 カトレアサロン		4 休
5 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	6	7 休	8 ※下記時間以外は閉館 14:00~17:00 通いの場「カラフル」	9 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	10	11 10:30~11:30 保活座談会
12	13 スポーツの日	14	15 ※下記時間以外は閉館 10:00~12:00 かなで	16 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	17 10:15~11:45 カトレアサロン	18 14:00~16:30 なのはな相談所
19 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	20 15:30~16:30 多世代交流サロン	21	22 休	23 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	24	25
26 休	27 14:00~15:00 スマホちょこっと相談会	28	29 ※下記時間以外は閉館 10:00~12:00 かなで	30 限定メニュー 登場! 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	31 スペゲス登場! 16:00~17:00 ハロウィンイベント	高齢者 子ども・子育て どなたでも



かぼちゃのマークがあるところはハロウィンの飾りをしています！ぜひお越しください！