

多世代交流スペース「はまるーむ」広報紙 プレイス PLACE 1月号

中央区社会福祉協議会
令和8年1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

【カフェせせらぎ(仮)】

～地域住民による1Dayカフェ～

どなたでもご参加いただけるカフェです。
お茶や折り紙、おしゃべりを楽しみましょう♪

1月18日(日)13:00～16:00

参加費:200円 お菓子付き

※お一人様一杯のご注文をお願いします



当日はくす玉
づくりをします!



～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 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

カフェせせらぎ(仮)

～地域住民による1Dayカフェ～

どなたでもご参加いただける、ふらっと立ち寄れる居場所です。お茶や折り紙、おしゃべりを楽しみながら、地域の方向士でゆったりとした時間をお過ごしください。

【開催日時】1/18(日)13:00～16:00

【予約】不要 【参加費】200円

カトレアサロン

～食事と運動で筋力UP!!～

身体づくりのための運動や食事を、楽しく実践しながら交流できる場です。年齢を問わず、どなたでも参加できます。特に「体を動かしたい」「仲間と交流したい」という高齢の方大歓迎です!

【開催日時】第1・3金曜 10:15～11:45

【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

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、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】1/14(水)・28(水) 10:00～12:00

【予約】不要 【参加費】無料

多世代交流サロン

～世代を越えた楽しい時間を～

今月は、昔懐かし正月遊びを体験しましょう!色んな正月遊びを用意してお待ちしています。懐かしい思い出に浸りながら正月を満喫するもよし、みんなでわいわい遊ぶもよし。正月から楽しく遊びましょう♪

【開催日時】1/19(月)15:30～16:30

【予約】不要 【参加費】無料

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

※1/18(日)の開催はありません

▶ 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

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

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】1/24(土) 14:00～15:00

【予約】不要 【参加費】無料

多世代交流スペース「はまるーむ」 1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	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。			1 元旦 休	2 休	3 休
4 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	5 	6 休	7 休	8 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	9 	10 休
11 休 	12 成人の日 休	13 休	14 ※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」	15 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	16 10:15～11:45 カトレアサロン 14:00～16:30 なのはな相談所	17 休
18 13:00～16:00 カフェせせらぎ(仮)	19 昔懐かし正月遊び 15:30～16:30 多世代交流サロン	20 休	21 ※下記時間以外は閉館 14:00～16:00 通いの場「カラフル」	22 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	23 	24 ※下記時間以外は閉館 14:00～15:00 ワーママ・カフェ
25 休	26 14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	27 休	28 ※下記時間以外は閉館 10:00～12:00 かなで	29 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	30 	31 休

あけましておめでとうございます！本年もはまるーむをよろしくお願いいたします。中央区社会福祉協議会

