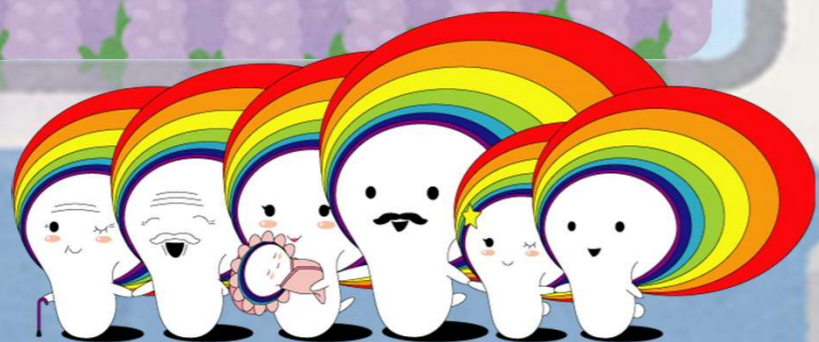


多世代交流スペース「はまるーむ」広報紙

プレイス PLACE 5月号



中央区社会福祉協議会
令和8年5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

はまるーむ5周年イベント 連続企画!! 第1弾

5周年メインイベントで使う
『縁日道具』をみんなで作ろう!

5月の多世代交流サロンは
6月の縁日イベントに向けた準備を行います!
割りばし鉄砲、わなげなどみんなで作りましょう♪

【開催日】5月18日(月)
【時間】15:30~16:30
【参加費】無料 どなたでも参加OK!



～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

～地域住民による地域住民のための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。ゆったりと楽しみながらお過ごしください。
5月は、**かぎ針編みでラベンダーの花束**を作ります!
みんなで小さなラベンダーの花束を作りましょう♪

【開催日時】5/17(日)13:00~16:00
【予約】不要 【参加費】200円

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】毎週木曜日【予約】不要
【ドリンク代】100円・おかわり自由 ※未就学児無料
※4月以降日曜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、お気軽にご参加ください♪
5月第3週のカラフルはイベントを行います!
【日程】5月20日(水)14:00~16:00
【内容】口腔講座「今日からできる!舌体操～誤嚥性肺炎を予防しよう～」
【担当】金子(歯科衛生士)【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】5/13(水)・27(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～

毎回気まぐれな内容で楽しい時間を過ごしましょう。
モルック、クイズ大会、おかし遊び、工作など。
今月は、**はまるーむ5周年イベント第1弾**をします!
是非ご参加下さい!

【開催日時】5/18(月)15:30~16:30
【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!!～

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 10:00~11:30
【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

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】5/30(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」 5月利用予定表

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday	
高年齢 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 10:00～11:30 カトレアサロン	2 休
3  休	4  休	5  休	6 振替休日 休	7 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	8	9 休	
10 休	11 14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	12 休	13 ※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」	14 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	15 ※下記時間以外は閉館 10:00～11:30 カトレアサロン 13:30～16:30 なのはな相談所	16 休	
17 ※下記時間以外は閉館 13:00～16:00 カフェせせらぎ	18  15:30～16:30 多世代交流サロン	19 休	20 ※下記時間以外は閉館 14:00～16:00 通いの場「カラフル」	21  13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	22	23 休	
24/31 休	25 14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	26 休	27 ※下記時間以外は閉館 10:00～12:00 かなで	28 13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	29	30 ※下記時間以外は閉館 14:00～15:00 ワーママ・カフェ	

※団体活動中は“団体の活動に参加する方のみ”ご利用いただけます。