

プレイス PLACE 9月号

中央区社会福祉協議会
令和8年9月1日発行

中央区社会福祉協議会
キャラクター ニジノコ

はまるーむ 活動説明会

はまるーむは、子どもから大人まで、だれもが気軽に立ち寄り、
つながり、交流できる”地域の居場所”です。
イベントや交流会などさまざまな活動にご利用いただけます。
この機会に、はまるーむで“地域の居場所づくり”を始めてみませんか？

地域の活動を
“はまるーむ”で
始めて
みませんか？

みなさんの“やってみたい”
を応援します！

9月7日(月) 1部 全体説明 14:00～14:30 / 2部 個別相談 14:30～16:00



- ・開催されている活動やイベントのご紹介
- ・地域活動に関するご相談（運営方法など）
- ・活動立ち上げについての支援（費用・場所など）

詳しくはチラシをご覧ください

～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

カフェせせらぎ

～地域住民による地域住民のためのカフェ～

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。

【開催日時】9/13(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

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

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。

ゆとりと、お気軽にお越しください。

【開催日時】9/9(水)・30(水) 10:00～12:00

【予約】不要 【参加費】無料

10月からはまるーむは…

日曜日にける

地域活動を応援します！

活動を始めたい！

という方はぜひご相談ください！

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

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/退席も大丈夫です。

【開催日時】9/9(水)・16(水) 14:00～16:00

【予約】不要 【参加費】無料

はまるーむ 活動説明会

～地域の活動を始めてみませんか？～

はまるーむで活動をしたい人や、何かやってみたいという方へ!そのような気持ちをお持ちの方に向けて「はまるーむ説明会」を開催いたします!

【開催日時】9/7(月) 14:00～16:00

【予約】1部:不要/ 2部:予約優先

【参加費】無料

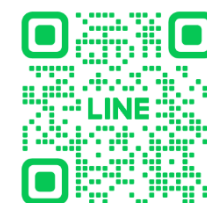
●LINE公式アカウント

中央区社会福祉協議会つながりかわら版で情報発信中。

本広報紙「PLACE」も、いつでもご覧いただけます。

ぜひお友達登録をお願いします

「ささえあい課」への
相談・問合せも可能です

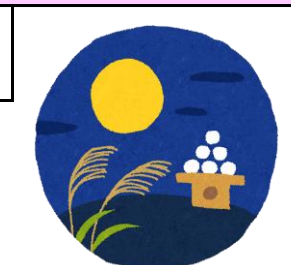
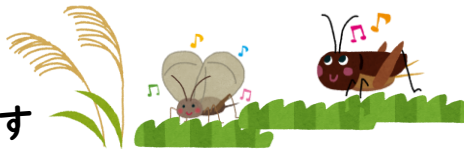


ID: @shakyo



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				1	休	2	休	3	13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	4	※下記時間以外は閉館	5	休			
子ども・子育て												10:00～11:30				
どなたでも												カトレアサロン				
6	休	7	 はま るーむ 14:00～16:00 はまるーむ活動説明会	8	休	9	※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」	10	13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	11		12	休			
13	※下記時間以外は閉館	14	14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	15	休	16	※下記時間以外は閉館	17	13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	18	※下記時間以外は閉館	19	休			
13:00～16:00 カフェせせらぎ						14:00～16:00 通いの場「カラフル」					10:00～11:30 カトレアサロン 13:30～16:30 なのはな相談所					
20	休	21	 休	22	 休	23	 休	24	13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	25		26	休			
27	休	28	14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	29	休	30	※下記時間以外は閉館	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 ※「下記時間以外は閉館」の記載がある日は、社協職員は不在になります ※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 								
							10:00～12:00 かなで									