多世代交流スペース「はまるーむ」広報紙

# プレイス PLACE 11月号



中央区社会福祉協議会
令和8年11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

今月の多世代交流サロンは…

## 芸術の秋！ はまれーる で 遊ぼう！



はまるーむでジオラマを作ろう！ どんなレイアウトになるのかワクワク！
自分の電車を持ってきても楽しいよ～！
※電車ははまるーむにもあります。

**日にち　11月16日（月）**
**時　間　15:30～16:30**
**出入り自由**



## ～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　多 ♥
～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】11/15（日）13:00～16:00
【予約】不要 【参加費】200円

### 多世代交流サロン　多
～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、むかし遊び、工作など。
今月は*はまれーるで遊ぼう！* を開催します！
是非ご参加下さい！

【開催日時】11/16（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　多 ♥
～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**

### カトレアサロン　多
～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

### スマホちょこっと相談会　高
～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】11/9（月）　14:00～15:00
【予約】不要 【参加費】無料

### なのはな相談所　多
～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　高
～概ね65歳以上の方のための地域サロン活動～

粋トレ、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】11/11（水）・18（水）14:00～16:00
【予約】不要 【参加費】無料

### かなで　子
～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】11/11(水)・25(水)　10:00～12:00
【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】11/2(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」 11月利用予定表

| 日 Sunday | 月 Monday | 火 Tuesday | 水 Wednesday | 木 Thursday | 金 Friday | 土 Saturday |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1<br>休 | 2<br><br>14:00～16:00<br>はまるーむ活動説明会 | 3<br><br>休 | 4<br>休 | 5<br>13:00～17:00<br>おとなりカフェ・<br>ちょこっと相談会 | 6 ※下記時間以外は閉館<br>10:00～11:30<br>カトレアサロン | 7<br>休 |
| 8<br>休 | 9<br>14:00～15:00<br>スマホちょこっと相談会 | 10<br>休 | 11 ※下記時間以外は閉館<br>10:00～12:00<br>かなで<br>14:00～16:00<br>通いの場「カラフル」 | 12<br>13:00～17:00<br>おとなりカフェ・<br>ちょこっと相談会 | 13<br> | 14<br>休 |
| 15 ※下記時間以外は閉館<br>13:00～16:00<br>カフェせせらぎ | 16<br><br>15:30～16:30<br>多世代交流サロン | 17<br>休 | 18 ※下記時間以外は閉館<br>14:00～16:00<br>通いの場「カラフル」 | 19<br>13:00～17:00<br>おとなりカフェ・<br>ちょこっと相談会 | 20 ※下記時間以外は閉館<br>10:00～11:30<br>カトレアサロン<br>13:30～16:30<br>なのはな相談所 | 21<br>休 |
| 22<br>休 | 23<br><br>休 | 24<br>休 | 25 ※下記時間以外は閉館<br>10:00～12:00<br>かなで | 26<br>13:00～17:00<br>おとなりカフェ・<br>ちょこっと相談会 | 27<br> | 28<br>休 |
| 29<br>休 | 30<br> | 高齢者<br>子ども・子育て<br>どなたでも | 開館時間：10時～18時<br>※「休」表記のある日以外は開館しています。<br>※「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。<br>※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。 | |  | |

中央区社会福祉協議会