

# おとなりNEWS

## 4月号

4月から勝どきデイルームに新たな仲間が加わります!!

### ⑧中央区肢体不自由児者父母の会

重度心身障害児者(医療的ケアが必要な方を含む)の方とご家族の交流の場です。  
4/9(日)13:00から16:00まで開催します。

中央区社会福祉協議会の公式LINEが開設しました~😊

中央区社会福祉協議会公式LINE「つながりかわら版」がついに始動します!!  
友だち追加をしていただくと、いち早く勝どきデイルーム広報紙「おとなりNEWS」の最新版をご覧いただける他、タイムリーな地域の情報が得られます😊

#### 友だち追加の方法

お手持ちのスマホのカメラで右の二次元コードをスキャンして追加◎➡



## 会場 & 問合せ先



### 勝どきデイルーム

中央区勝どき 1-5-1 勝どき区民館1階

#### 【交通アクセス】

- 都営大江戸線 勝どき駅 A1 出口 徒歩1分
- 江戸バス [南循環] 勝どき駅バス停 徒歩3分 勝どき駅前バス停 徒歩3分

中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課

☎03-3523-9295

✉sasae@shakyo-chuo-city.jp

※お電話でもご相談に応じます。何かありましたら上記連絡先までお問合せください。

## 団体紹介

◆は費用負担あり

♥の団体へ参加を希望される方は地域ささえあい課までお問合せください。

### ◆②からだスマイル倶楽部

椅子ヨガやストレッチ、脳トレなどを通じてフレイル予防と参加者同士の交流を行います。

### ③絵画を楽しむ会

認知症予防や生きがいの創出に向け、鉛筆デッサンや水彩画などを描きます。

### ④ステップアップクラブ

参加者の身体機能の向上を目的に体操や脳トレなどを行います。

### ⑭R65 月島カフェ

シニア向けのスマホ・パソコン教室や歴史や文化などを通じた参加者同士の交流を行います。

### 高齢者関係



### 子ども関係



### どなたでも



### ♥⑤ままと

親子で楽しめるハンドメイドや茶話会を通じた交流の場です。

### ⑨保活座談会

保育に関する情報や子育ての悩みを共有する会です。お子さんも一緒に参加できます。

### ◆①おとなりカフェ・ちよこっと相談会

コーヒーやジュースなどを楽しめるカフェと皆様のお困りごとの相談に応じる相談会を開催します。

### ♥⑩不登校親の会いっばいっば

子どもの不登校に悩みを抱える親同士が集う、交流会です。

### ⑬ぎんいち子ども図書館

主に子ども・若者のための居場所です。学習支援も行います。大人の方もお気軽にお越しください。

### ♥⑥まちのグリーンカフェ「しん・呼吸」

病気で大切な人を亡くされた経験を語り合い、互いを分かちあう場です。

### ◆♥⑦セルフケア・カフェ

五感を活用したモノ作りを通し、自分自身をケアする「セルフケア」を行います。

### ⑪写真を撮り語り楽しむ会

ご自身が撮ったお気に入りの写真を持ち寄り、写真への想いを語り合います。

### ⑫うつ病、双極性障がいの安心の会

うつ病や双極性障害の方の交流会です。当事者だけでなく、関心のある方もご参加いただけます。

### ⑮介護を考える会

介護者同士の交流や情報交換の場です。介護者が抱えている苦労や悩みを共有することもできます。

### ◆⑰行ってみようか認知症カフェ

認知症の方やご家族、認知症に関心のある方が気軽に集まり、交流する場です。

## みんなの食堂



おいし〜い!



### ◆⑯勝どき枝豆プロジェクト

自分たちの畑で育てた採れたて野菜を使った手作りご飯を食べながら、おしゃべりや交流を楽しみます。

### ◆⑱にこにこ食堂

手作りの美味しいカレーを食べながらおしゃべりや交流を楽しめます。

#### 整理券配布時間のご案内

勝どき枝豆	16:45~
にこにこ	16:30~

※調理の状況により配布時間が変更となる可能性がございます。

# 勝どきデイルーム利用予定表(4月)

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
高齢者関係の活動						①
子ども関係の活動						13:00 ~ 16:00
どなたでもご参加いただける活動						おとなりカフェ・ちよこっと相談会
みんなの食堂						
2	3 ② 13:30 ~ 14:45 通いの場 「からだスマイル倶楽部」	4 ③ 13:30 ~ 15:30 いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」	5 ④ 10:00 ~ 11:30 通いの場 「ステップアップクラブ」	6 ⑤ 10:00 ~ 13:30 いきいき地域サロン 「ままと」	7	8 ⑥ 10:00 ~ 12:00 ⑦ 13:00 ~ 16:00 まちのグリーンカフェ 「しん・呼吸」 セルフケア・カフェ
9 ⑤ 9:30 ~ 12:00 ⑧ 13:00 ~ 16:00 いきいき地域サロン 「ままと」 中央区 肢体不自由児者父母の会	10 ⑨ 10:00 ~ 11:30 保活座談会	11 ① 13:00 ~ 16:00 おとなりカフェ・ちよこっと相談会	12	13 ⑨ 10:00 ~ 11:30 保活座談会	14 ⑩ 10:00 ~ 12:00 不登校親の会 いっぼいっぼ	15 ⑪ 10:00 ~ 12:00 ⑬ 13:00 ~ 16:00 写真を撮り語り楽しむ会 おとなりカフェ・ちよこっと相談会
16 ⑫ 13:00 ~ 15:00 うつ病、双極性障がい の 安心の会	17 ② 13:30 ~ 14:45 ⑬ 17:00 ~ 19:00 通いの場 「からだスマイル倶楽部」 ぎんいち子ども図書館	18 ③ 13:30 ~ 15:30 いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」	19 ④ 10:00 ~ 11:30 通いの場 「ステップアップクラブ」	20 ⑭ 12:30 ~ 16:00 いきいき地域サロン 「R65月島カフェ」	21	22 ⑮ 10:00 ~ 12:00 ⑯ 17:00 ~ 17:30 いきいき地域サロン 「介護を考える会」 勝どき枝豆プロジェクト (みんなの食堂)
23 ⑰ 14:00 ~ 16:00 行ってみようか 認知症カフェ	24	25 ① 13:00 ~ 16:00 おとなりカフェ・ちよこっと相談会	26	27 ⑱ 17:00 ~ 19:00 にこにこ食堂	28	29
30	<div style="background-color: yellow; padding: 10px;"> <p><b>朗報です!</b> 4月から当面の間(終了時期未定)、①「おとなりカフェ」にて<b>第1・3土曜日14:30~16:00</b>に<b>スマホささえ隊(ボランティア)</b>が来訪し、皆さまのスマホのお困りごと・お悩みごとの相談に応じます!! スマホの使い方でお悩んでいるそこのあなた!第1・3土曜日のおとなりカフェにお越しください😊</p> </div>					