

おとなりNEWS

7月号



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。

どなたでも



◆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。

◆♥⑧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。

◆⑨うつ病、双極性障がいの方の安心の会

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読・書・人倶楽部

好きな本について語り合う多世代交流の場です。新たな本との出会いを楽しみます。

◆⑰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。

◆⑱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。

◆⑳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。

子ども関係



♥②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。

♥③おやこ未来

不登校、思春期、HSC、グレーゾーンなど、子育てに不安を抱える保護者の交流の場です。

♥⑦不登校親の会いっぽいっぽ

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。

◆⑩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。

◆⑪ぎんいち親子図書館

未就学児とその保護者を対象とし、読み聞かせやリトミックなどを行う交流の場です。

♥⑫でこぼこカフェ

お子さんの発達のでこぼこでお困りの、親同士の交流会です。お子さんも参加できます。

♥⑬ReiMo(レイモ)

不登校のお子さんとその親の交流会です。お子さんも参加できます。

◆⑭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。

みんなの食堂



勝どき枝豆プロジェクトは
12歳以下無料、大人300円。

にこにこ食堂はテイクアウトの場合一律100円。

イートインの場合は中学生以下無料、大人100円。



◆⑲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。

◆⑳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。

アクティブシニアの活躍の場 特集

◆④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。

◆⑤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。

◆⑥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。

◆⑯R65 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。



概ね65歳以上の方が
ご参加いただけます

～よりみちクラブは勝どきコミュニティルームにお引越しとなります～

よりみちクラブは勝どきコミュニティルーム(勝どき1-13-19)に活動場所を変更することとなりました。活動日時は第2・4・5水曜日の10:30~11:30と変更はありません。寂しい気持ちはありますが新天地での活動を応援しております。皆さまお間違えのないようご注意ください。

会場 & 問合せ先



中央区勝どき1-5-1 勝どき区民館1階

勝どきデイルーム

【交通アクセス】

●都営大江戸線 勝どき駅下車

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

☎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。

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
高齢者関係の活動					1	① 13:00 ~ 16:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会
子ども関係の活動						
どなたでもご参加いただける活動						
みんなの食堂						
3	4	5	6	7	8	9
② 10:00 ~ 13:30	③ 10:30 ~ 12:30 ④ 13:30 ~ 14:45	⑤ 13:30 ~ 15:30	⑥ 10:00 ~ 11:30	② 10:00 ~ 13:30	⑦ 10:00 ~ 12:00	⑧ 13:00 ~ 16:00
いきいき地域サロン 「ままと」	おやこ未来 通いの場 「からだスマイル倶楽部」	いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」	通いの場 「ステップアップクラブ」	いきいき地域サロン 「ままと」	不登校親の会 いっぼいっぼ	セルフケア・カフェ
10	11	12	13	14	15	16
⑨ 13:00 ~ 15:00	⑩ 10:00 ~ 11:30	⑪ 10:30 ~ 12:00 ① 13:00 ~ 16:00			⑫ 10:00 ~ 13:00	⑬ 13:00 ~ 16:00
うつ病、双極性障がい の安心の会	保活座談会	ぎんいち親子図書館 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会			いきいき地域サロン 「でこぼこカフェ」	おとなりカフェ・ ちょこっと相談会
17	18	19	20	21	22	23
⑬ 10:00 ~ 12:00	⑭ 17:00 ~ 19:00	⑮ 13:30 ~ 15:30	⑯ 10:00 ~ 11:30	⑰ 10:00 ~ 11:30 ⑱ 12:30 ~ 16:00	⑲ 10:00 ~ 12:00	⑳ 10:00 ~ 12:00 ㉑ 17:00 ~ 18:00
ReiMo	ぎんいち子ども図書館	いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」	通いの場 「ステップアップクラブ」	いきいき地域サロン 「読・書・人・倶楽部」 いきいき地域サロン 「R65月島カフェ」	写真を撮り語り楽しむ会	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)
24	25	26	27	28	29	30
㉒ 10:00 ~ 12:30 ㉓ 14:00 ~ 16:00	㉔ 13:30 ~ 14:45	㉕ 13:00 ~ 16:00		㉖ 17:00 ~ 19:00		
ReiMo 行ってみようか 認知症カフェ	通いの場 「からだスマイル倶楽部」	おとなりカフェ・ ちょこっと相談会		にこにこ食堂		
31						