

# プレイス PLACE 11月号

中央区社会福祉協議会  
イメージキャラクター ニジノコ



中央区社会福祉協議会  
令和5年11月1日発行

PICK  
UP

★「虹のサービス」オリエンテーションを開催します!

「虹のサービス」とは、高齢や障害、産前産後などの理由により、日常的な家事にお困りの方(利用会員)が、住み慣れた街で安心して暮らせるようにボランティア(協力会員)が有償で家事などのお手伝いを行う会員制のたすけあい活動です!

今回、「はまる一む」では、日ごろの経験を生かし「地域の助け合い・支え合い」の活動に参加する

「協力会員」の登録オリエンテーションを下記の日程で実施します。専門的な知識は不要です!

興味のある方は是非、お申込みください。

活動内容: 家事(掃除・洗濯・食事の支度など)、外出の付き添い、話し相手など

11月7日(火)13:30~15:30(要申込み)



申込み先: 在宅福祉サービス部推進課 ☎ 3206-0603 ✉ zaitaku@shakyo-chuo-city.jp  
開催前日の午後5時までに、電話またはメールにて上記までお申し込みください。

## ~アクセス・問合せ先~

中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課

☎ 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 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

◆ 費用負担あり    ♥ 要予約

### おとなりカフェ・ちょこっと相談会

どなたでも

~使い方はあなた次第~

コーヒーやスープ、ジュースなどを楽しめるカフェと、  
当会職員がお困りごとの相談に応じる相談会です。

【開催日時】木曜、第1・3日曜 13:00~17:00  
(祝日・年末年始除)

【予約】不要【ドリンク代】100円・おかわり自由  
※未就学児無料

①

### なのはな相談所

どなたでも

~日頃抱える不安を受け付けます~

現役看護師による健康セミナーの他、専門家による  
終活相談、対話による悩み相談会を行っています。  
世代を問わず、どなたでもご参加ください。

【開催日時】第3金曜 13:30~16:30

【予約】不要【参加費】無料

③

### スマホちょこっと相談会

高齢者

~スマホを楽しく便利に安全に~

スマホの基本的な使い方やちょっとした困りごとの相談に職員やボランティアが応じます。

【開催日時】第2・4月曜 14:00~15:00

【予約】不要【参加費】無料

⑤

### Kele Kele(ケレケレ)

子ども・子育て

~工作・料理をしながら子育てで交流~

子育て中のママ同士の交流を深めることを目的に、工作  
や料理を子どもたちと一緒にしています。

【開催日時】11/10(金) 10:30~12:30

【予約】要 ※地域ささえあい課までお問合せください

【参加費】数百円

⑦

### かなで

子ども・子育て

~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】11/29(水) 10:00~12:00

【予約】不要【参加費】100円

⑨

### 多世代交流サロン

どなたでも

~世代を越えた楽しい時間を~

頭や身体・手先を使い、毎回気まぐれな内容で楽しい時間を過ごしています。

ボッチャ、クイズ大会、むかし遊び、工作など。  
今月は、【ボッチャ】で遊びましょう!

【開催日時】第3月曜 15:30~16:30

【予約】不要【参加費】無料

②

### まちのグリーンカフェ「しん・呼吸」

どなたでも

~大切な人を亡くされた経験を語り合う会~

自分のグリーン\*と向き合うきっかけとして、同じような経験をされた人と共に過ごし、語りあう時間。

\*グリーン...喪失によって生じる深い悲しみや苦悩

【開催日時】11/10(金) 14:00~16:00

【予約】要【参加費】無料

④

### 高齢者通いの場 カラフル

高齢者

~概ね65歳以上の方の地域サロン活動~

粹トレ、歌体操、脳トレ、ゲーム、折紙クラフト、映画鑑賞など。お気軽にのぞいてみてください!

☆途中参加、退室可能。☆コーヒー、お茶無料です!

【開催日時】第2・3水曜 14:00~16:30

【予約】不要【参加費】無料

⑥

### ワーママ・カフェ

子ども・子育て

~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】11/25(土) 14:00~15:30

【予約】不要【参加費】100円

⑧

### リバーサイドツインズ

子ども・子育て

~集まれ!多胎児パパママ~

多胎家庭の孤育て解消・情報交換の場です。  
プレママ・プレパパも歓迎です!

【開催日時】11/11(土) 10:15~12:00

【予約】要 ※地域ささえあい課までお問合せください

【参加費】不要

⑩

# 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
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 休	2 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	3 文化の日 休	4 休
5 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	6	7 ※13時半まで休館 ★13:30～15:30 虹のサービス協力会員 登録オリエンテーション	8 ※14時まで休館 ⑥14:00～16:30 通いの場「カラフル」	9 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	10 ⑦10:30～12:30 Kele Kele (ケレケレ) ④14:00～16:00 まちのグリーンカフェ 「しん・呼吸」	11 ⑩10:15～12:00 リバーサイドツインズ
12 休	13 ⑤14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	14 休	15 ※14時まで休館 ⑥14:00～16:30 通いの場「カラフル」	16 シルバーワーク中央 お仕事相談会 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	17 ③13:30～17:00 なのはな相談所	18 休
19 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	20 ②15:30～16:30 多世代交流サロン	21 休	22 休	23 勤労感謝の日 休	24	25 ⑧14:00～15:30 ワーママ・カフェ
26 休	27 ⑤14:00～15:00 スマホちょこっと相談会	28 休	29 ※12時以降休館 ⑨10:00～12:00 かなで	30 ①13:00～17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	高齢者 子ども・子育て どなたでも	

11月15日は、子どもの成長を祝い、今後の健康を願う「七五三」の日です。  
七五三を迎えられた皆様、おめでとうございます！

