



# おとなりNEWS

## 7月号



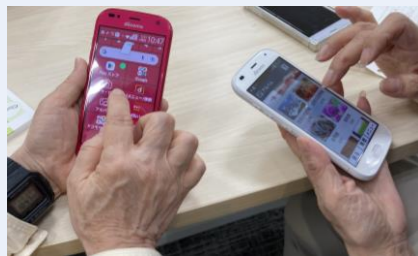
7/6、20(土)

スマホささえ隊がスマホのお悩みにお応えします!



7月6日(土)、7月20日(土)のおとなりカフェ・ちょこっと相談会に、スマホの使い方をサポートする「スマホささえ隊」が来訪します(14:00~16:00)。

スマホささえ隊養成講座を受講した地域の方々が、スマホで「LINEを使って孫と連絡したい」「撮りためた写真を息子に送りたい」「おでかけの予定を立てたいけれど、検索方法がわからない」など、みなさまのしたいことやお悩みのご相談に応じます。



また、今年度のスマホささえ隊養成講座(7月31日、8月7日開講)の受講生を募集中(~7月17日)です。スマホささえ隊として活動希望の方のご参加をお待ちしています。詳細はホームページをご覧ください。

<https://www.shakyo-chuo-city.jp/archives/15554>



## 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

■地の団体は今月勝どきデイルームでの活動はありません。◆は費用負担有、♥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。

### 高齢者関係の活動

◆ 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。
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。
R65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。
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。

### 子ども・子育て関係の活動

◆♥ ReiMo	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。
◆♥ 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。
◆ ピーススマイル無料学習支援	小学生高学年~大学受験生を対象とした居場所と学習支援を行っています。
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。
ぎんいちふれあい図書館	有志が集まった地域の高齢者が未就学児や親に向けて読み聞かせや一緒にスポーツを行います。
◆♥ 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。
おやこ未来	不登校、思春期、HSP、グレーゾーンなど、子育てに不安を抱える保護者の交流会です。
不登校児親の会 いっぱい	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。

### みんなの食堂

◆ 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みます。
◆ 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。

### 世代を問わない多世代向けの活動(※対象が問われる場合があります)

◆♥ セルフケア	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。
◆♥ 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。
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。
◆ 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。
うつ病、双極性障がいの安心の会	うつ病や双極性障害の当事者の方、家族のための交流の場です。
◆ 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。
◆ 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。
◆ cafeサステナブル	エコや持続可能な暮らしをテーマに、食べたり語り合ったりして参加者どうしで交流します。

# 勝どきデイルーム利用予定表(7月分)

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
	1 通いの場 「からだスマイル倶楽部」 13:30~14:45	2 いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」 13:30~15:30	3 通いの場 「ステップアップクラブ」 10:00~11:30	4 cafe サステナブル 10:30~13:00	5 写真を撮り語り楽しむ会 13:00~15:00	6 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会 13:00~16:00
7	8 保活座談会 10:30~11:30	9 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会 13:00~16:00	10	11	12 14:00~16:00 スマホささえ隊が 来訪します!! ピーススマイル 無料学習支援 17:00~19:45	13 まちのグリーンカフェ 「しん・呼吸」 10:00~12:00 セルフケア・カフェ 13:00~16:00
14	15	16 いきいき地域サロン 「絵画を楽しむ会」 13:30~15:30	17 通いの場 「ステップアップクラブ」 10:00~11:30	18 いきいき地域サロン 「読・書・人・倶楽部」 10:00~11:30	19 いきいき地域サロン 「でこぼこカフェ」 10:00~13:00	20 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会 13:00~16:00
21	22	23 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会 13:00~16:00	24 いきいき地域サロン 「R65月島カフェ」 12:30~16:00	25 にこにこ食堂 17:00~19:00 (整理券配布16:30~)	26 14:00~16:00 スマホささえ隊が 来訪します!! ピーススマイル 無料学習支援 17:00~19:45	27 いきいき地域サロン 「介護を考える会」 10:00~12:00 勝どき枝豆プロジェクト 17:00~18:00 (整理券配布16:45~)
28	29 通いの場 「からだスマイル倶楽部」 13:30~14:45	30	31 通いの場 「ステップアップクラブ」 10:00~11:30	高年齢者関係の活動 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		