

プレイス PLACE 9月号



中央区社会福祉協議会
令和6年9月1日発行



中央区社会福祉協議会
イメージキャラクター ニジノコ



はまる一むで楽しむ「勉強!?'の秋」

暑さが少し落ち着いてきた秋、はまる一むで学びを深めませんか？

医師も知らない!?塩の秘密に迫る!
なのはな相談所ミニセミナー

塩のおはなし

高血圧で服薬中の方
病気を予防したい方
真実を知りたい方

9月20日(金) 14:00~14:30
※予約不要・参加費無料

終了後、健康相談・法律相談なども受け付けています。

クイズの日(9月12日)の翌日なので

中央区クイズに挑戦!

こんな方におすすめ!

クイズ好きの方
中央区好きの方
ワイワイするのが好きな方

9月13日(金) 15:30~16:30
※予約不要・参加費無料

職員の思いつき企画。
フラッと気軽にお立ち寄りください。

~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[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

おとなりカフェ・ちょこっと相談会

~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本会職員が応じる相談会。

【開催日時】木、第1・3日曜 13:00~17:00

【予約】不要

【ドリンク代】100円・おかわり自由

※未就学児無料

▼ 月に1回カフェと同時開催 ▲

シルバーワーク中央 おしごと相談会

おおむね55歳以上の仕事探しをお手伝いする
シルバーワーク中央の出張相談会です。
求人のことや応募書類・面接など、仕事探しに関する
ことなら何でも相談いただけます。

【開催日時】第3木曜 13:00~17:00

【予約】不要 【参加費】無料

スマホちょこっと相談会

~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】第2・4月曜 14:00~15:00

【予約】不要 【参加費】無料

ワーママ・カフェ

~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】9/28(土) 14:00~15:00

【予約】不要 【参加費】100円

なのはな相談所

~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、キャリアカウンセリングなど、世代を問わず
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 14:00~16:30

【予約】不要 【参加費】無料

高齢者通いの場カラフル

~概ね60歳以上の方のための地域サロン活動~

歌体操、脳トレ、折り紙など、おひとりでも、お友
だちと一緒にでも、お気軽にご参加ください♪
コーヒー・お茶無料です。お気軽にのぞいてみて
下さい!

【開催日時】第2・3水曜 14:00~17:00

※途中参加、退室可能

【予約】不要 【参加費】無料

かなで

~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、気軽にお越しください。

【開催日時】9/11・25(水) 10:00~12:00

【予約】不要 【参加費】無料

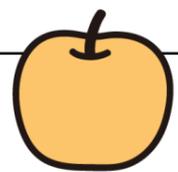
リバーサイドツインズ

~集まれ!多胎児/パパママ~

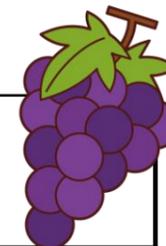
多胎家庭の孤育て解消・情報交換の場です。
プレママ・プレパパも歓迎です!

【開催日時】9/14(土) 10:00~12:30

【予約】要 ※地域ささえあい課までお問合せください
【参加費】不要



多世代交流スペース「はまるーむ」 9月利用予定表



日 Sunday		月 Monday		火 Tuesday		水 Wednesday		木 Thursday		金 Friday		土 Saturday	
1	13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	2		3	休	4	休	5	13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	6		7	休
8	休	9	14:00~15:00 スマホちょこっと相談会	10	休	11	※下記時間以外は閉館 10:00~12:00 かなで 14:00~17:00 通いの場「カラフル」	12	クイズの日! 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	13	 15:30~16:30 中央区クイズに挑戦!	14	10:00~12:30 リバーサイドツインズ
15	13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	16	敬老の日 休	17	 休	18	※下記時間以外は閉館 14:00~17:00 通いの場「カラフル」	19	シルバーワーク中央 お仕事相談会 13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	20	14:00~14:30 塩のおはなし 14:00~16:30 なのはな相談所	21	休
22	秋分の日 休	23	振替休日 休	24	休	25	※下記時間以外は閉館 10:00~12:00 かなで	26	13:00~17:00 おとなりカフェ・ ちょこっと相談会	27		28	14:00~15:00 ワーママ・カフェ
29	休	30		高齢者 子ども・子育て どなたでも				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。					

食欲の秋？読書の秋？芸術の秋？スポーツの秋？
はまるーむでも様々な活動をしているので、ぜひ”お気に入り”を見つけに来てください♪