

2024.5
発行

まちに優しさの輪、拡大中！

まちなかサロン

ごあんない



地域の皆さんが気軽に集える「憩いの場」です。おしゃべり、音楽、お食事など、一緒に楽しみませんか？あなたの参加を笑顔でお待ちしています。行ってみたいサロンを見つけたら、ぜひお問い合わせください！



まちなかサロンや地域の居場所をはじめてみたい方も、お気軽にご相談ください。

南部 南中野・弥生・鍋横

↑ ホームページでもサロン
情報を確認できます。

	地区	サロン名	対象	開催日時	参加費	場所	一言PR
1	南中野	しんやまの家		不定期土 年6回 11:30-14:30	500円	南台4丁目(高齢者会館しんやまの家)	手作りの食事やおしゃべり、ゲームなど毎回楽しい催しが盛りだくさん！
2		ふれあいサロン南台		第3土 13:15-14:45	200円	南台3丁目(旧喫茶ぶりむら)	お茶を飲んだり、おしゃべりやゲームを楽しめます。
3	弥生	談話室アイアイ		第1・3木 13:30-15:30	100~200円	弥生町1丁目(弥生区民活動センター)	気軽におしゃべりできる場所です。男性も大歓迎！
4	鍋横	おやすみ処宮里		毎週水13:00-17:00 (第5週・祝休)	100円	本町4丁目(個人宅)	気軽におしゃべりを楽しむサロンです。
5		さくら	高	第3木 10:00-11:30	200円	本町6丁目(個人宅)	美味しいお茶とお菓子を用意してお待ちしています。どうぞ癒しの空間へ♪

※参加対象者：無印（どなたでも）、高（高齢者）、障（障害者）、乳（乳幼児親子）、中（中学生）、小（小学生）



社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 中野ボランティアセンター
〒164-0001 東京都中野区中野5-68-7 スマイルなかの3F

TEL **03-5380-0254**

fax 03-5380-6027

✉ vc@nakanoshakyo.com

ホームページ <https://nakanoshakyo.com/>

中野社協は、「中野区民地域福祉活動計画～いきいきプラン～」に基づき、区民の皆さんと地域の居場所づくりに取り組んでいます。

まちなかサロンは、赤い羽根共同募金の配分金を受けて実施しています

中部

東部・桃園・昭和・東中野・上高田

北部

新井・江古田・沼袋・野方

	地区	サロン名	対象	開催日時	参加費	場所	一言PR
6	東部	なでしこ	高	毎週火 13:00-16:00	100円	中野1丁目 (城山ふれあいの家)	皆で顔を合わせ、布巾を縫っています。 共に地域貢献・社会貢献しませんか？
7	桃園	ほっとサロン南口		第2・4木 13:30-15:30	100円	中央4丁目(桃園区民活動センター)	お茶を飲みながらゆったり過ごせ、 ほっとできるサロンです。
8		友・ゆう・YOU	中	毎週水 18:00-20:00	100円	中央5丁目(東京都生協連合会館3階会議室)	中学2・3年生を対象とした学習支援 サロンです。
9	昭和	仄仄(ほのぼの)	高	第3木 13:30-15:30	200円	中野6丁目(個人宅)	昔、縁側で過ごしたように、みんなで おしゃべりしましょう。
10	東中野	いろり	高・障	第1・3月(祝休) 13:30-15:30	100円	東中野5丁目(東中野区民活動センター)	季節行事・歌・手話ダンスなど、みんな で一緒に楽しみましょう。
11		堂楽サロン		月1回土 9:30-11:30	100円	東中野4丁目(東中野キングス・ガーデン)	プロのエンジニアからパソコン等の操作 方法が学べるサロンです。
12	上高田	ふれあいカフェ		第3水 13:30-15:30	100円 ※映画会 は無料	上高田2丁目(上高田区民活動センター)	コロナが落ち着くまでは映画会を開催 しています。
13		みんなの公園カフェ		第3火 13:30-15:30	100円	上高田4丁目(上高田東高齢者会館)	公園の緑を見ながら淹れたてのコー ヒーを楽しみましょう。
14		江戸流手打ち蕎麦を 楽しむ会 NEW		原則第4木 10:00-12:00	500円	上高田2丁目(上高田区民活動センター)	段位持ちのオーナーの蕎麦打ちを見学 し、打ちたてを食べられます。
15	新井	メリーさんのひつじ		第1・3木 13:30-15:30	200円	新井3丁目(新井区民活動センター)	お腹の中から声を出し、懐かしい歌を 歌い、音楽を楽しみます。
16		段暖		第4金 13:30-15:30	300円	新井2丁目(コインランドリーポニョ2階)	おいしい飲み物と手作りクッキーでお 話をするサロンです。
17		スープ生活の会		第2金 14:00-16:00	700円	新井3丁目(新井区民活動センター)	薬膳スープの試食から、健康になるた めの身体づくりを学びます。
18		スマホカフェ NEW		第2木 14:00-16:30	300円	新井1丁目(おうちの診療所中野 地下1階)	温かい雰囲気でお話をしながらスマホ やPCの相談ができます。
19		フラワーサロン NEW		第2土 10:00-11:30/ 13:00-15:00	500円	新井3丁目(新井区民活動センター)	「明日がたのしみ」をテーマに、季節 の工作体験や介護美容が楽しめます。
20		サニーすぽっと NEW	小	第1・3土 9:30-11:30	50円	中野5丁目(スマイルなかの)	大学生が中心となり勉強や遊びがで きる居場所です。(小5・6年生対象)
21	江古田	あさひの家		第1・3土 10:00-12:00	100~ 500円	江古田2丁目 (旭公民館)	ご近所の皆さんが集まって、体操や落 語を楽しんでいます。
22		ほんだ山		毎週金 9:30-13:00	100~ 200円	江古田3丁目(都営江古田3丁目アパート集会所)	地域の皆さんと麻雀を楽しめるサロ ンです。
23		コスモス畑		第2・4水 13:30-15:30	200円	江原町3丁目 (江古田教会)	絵手紙・麻雀が楽しめます。自由に楽 しい時間を過ごせます。
24	野方	つぼみの会		第1・3金 13:30-15:30	100円	野方5丁目(野方区民活動センター)	午後のひととき、皆さんと楽しくお話 ししましょう。
25		あなたの実家 ききみみサロン		月1回不定期 13:00-14:00	100円	丸山2丁目(個人宅)	赤ちゃんからシニアまで実家で過ご すようにくつろぐサロンです。

鷺宮

大和・鷺宮・上鷺宮

26	大和	傾聴サロンやまと		第1木 13:30-15:30	200円	大和町2丁目(大和区民活動センター)	心に寄り添う傾聴を経験者がお待ちし ています。作品作りもあり。
27	鷺宮	駒ちゃんサロン		第1水 13:30-15:00	100円	白鷺1丁目 (しらさぎ桜苑)	季節のお話やちょこっと体操など頭も 体も使うサロンです。
28		おおざかい		最終金 13:30-15:30	150円	鷺宮6丁目(鷺宮6丁目アパート集会所)	みんなで手芸作品作りを通じて、楽し んでいます。
29	上鷺宮	かみさぎ		①第2・4火 ②第1・3水 10:30-13:00	200円 (軽食付)	①上鷺宮3丁目(上鷺宮区民活動センター)②上鷺宮2丁目(上鷺宮2丁目集会所)	手作りの軽食、おしゃべり、体操やミ ニ講座を楽しめます。
30		サロンdeかみさぎ		第2・4火 13:30-15:30	200円	上鷺宮3丁目 (コージャハイム上鷺宮コミュニティサロン)	時事問題・子育て・終活など自由な テーマで親睦を深めましょう♪