2023.5
発行

まちに優しさの輪を広げる

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、仲間と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。

出会う　つながる　広がる

会場定員等の都合で事前予約が必要なサロンもあります。また、急なお休み・時間変更の場合もありますので、初めての参加の際には事前に連絡をしてください。

⇧ ホームページでもサロン情報を確認できます。

南部　南中野・弥生・鍋横

	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		毎月第３土 13:15－14:45	200円	南台3丁目(旧喫茶ぷりむら)	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		毎月第１・３木 13:00－15:30	100～200円	本町3丁目(RentalSpace102)	気軽におしゃべりできる場所として近隣に親しまれています。
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)	住宅地の中にポッと湧いたようなサロンです。
5		さくら	高	毎月第３木 10:00－12:00	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）

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/

＊まちなかサロンは、歳末たすけあい運動の配分金を受けて実施しています＊

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。

中部 東部・桃園・昭和・東中野・上高田

	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 13:00－15:30	100円	中野1丁目 (城山ふれあいの家)	みんなで顔を合わせ静かに布巾を縫っています。地域貢献・社会貢献も！
7	桃園	ほっとサロン南口		毎月第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	桃園	おきらくがやがや 休止中		毎月第２土 10:00－12:00	200円	中央５丁目(東京都生協連会館3階会議室または４F地域交流スペースえんがわ)	最近の気になる話題をみんなでわいわいがやがやとお話をしています。
9	桃園	友・ゆう・YOU	中	毎週水 18:00－20:00	100円		中学2・3年生を対象とした学習支援サロンです。
10	昭和	仄仄(ほのぼの)	高	毎月第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。
11	東中野	いろり	高・障	毎月第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・ダンスなど、みんなで一緒に楽しみましょう。
12	東中野	堂楽サロン		毎月第４日 11:00－15:00	100円	東中野4丁目 （第1元太ビルB1）	プロのエンジニアからパソコン操作方法が学べるサロンです。
13	上高田	ふれあいカフェ		毎月第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。
14	上高田	みんなの公園カフェ		毎月第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。

北部 新井・江古田・沼袋・野方

15	新井	アイアイ北野	乳	毎月第２火 13:30－15:00	200円	新井３丁目(新井区民活動センター)	元気いっぱい！みんなで楽しく遊びましょう♪
16	新井	メリーさんのひつじ		毎月第１・３水 13:30－15:00	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。
17	新井	段暖 NEW		毎月第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しをするサロンです。
18	新井	スープ生活の会 NEW		毎月第２金 14:00－16:00	500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。
19	江古田	あさひの家		毎月第１・３土 10:30－12:00	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、体操や健康講座を楽しんでいます。
20	江古田	ほんだ山		毎週金 10:00－13:00	100～200円	江古田３丁目(都営江古田３丁目アパート集会室)	地域の皆さんと麻雀を楽しめるサロンです。
21	江古田	コスモス畑		毎月第２・４水 13:30-15:30	200円	江原町３丁目 (江古田教会)	絵手紙・麻雀があります。自由に楽しい時間を過ごせます。
22	野方	つぼみの会		毎月第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。
23	野方	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。
24	野方	弘子さんの家		毎月第４水 13:30－15:00	200円	新井３丁目(個人宅)	おしゃべりと懐かしい歌で楽しいひと時を一緒に過ごしましょう。

鷺宮 大和・鷺宮・上鷺宮

25	大和	傾聴サロンやまと		毎月第１木 13:30－14:30	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。
26	鷺宮	駒ちゃんサロン		毎月第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。
27	鷺宮	おおざかい		毎月最終金 13:30－15:30	100円	鷺宮６丁目(鷺宮６丁目アパート集会室)	みんなで手芸をしながら作品作りを通じて、楽しんでいます。
28	上鷺宮	かみさぎ		①毎月第2・4火②毎月第1・3水 10:30－11:30	200円 (軽食付き、茶菓子なし)	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丁目集会室)	手作りの軽食、おしゃべり、体操やミニ講座を楽しめます。
29	上鷺宮	サロンdeかみさぎ		毎月第２・４火 14:00－16:00	200円	上鷺宮3丁目 (コーシャハイム上鷺宮コミュニティサロン)	お菓子とお茶を楽しみながらおしゃべりしましょう。