

2025年

～練馬区・相談情報ひろば事業～



ふろしき・ねこの手 おしゃべりサロン

日中ひとり、外出の機会があまりない

誰かとおしゃべりしたい、楽しいことをしたい

・・・そんな方にピッタリの居場所です



©DESIGNALIKIE

定休日	開催時間	12:30～16:30	定休日	開催時間	12:30～16:30	9:30～13:30
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		食のほっとサロン 10:15～12:15				ねこの手カフェ 10:00～13:00
6	7	8	9	10	11	12
		お習字の会 13:30～15:00				古布の会 13:30～15:00
13	14	15	16	17	18	19
		食のほっとサロン 10:15～12:15		ものづくり 「うちわ作り」 13:30～15:00		パソコンサークル 13:30～15:00
20	21	22	23	24	25	26
	海の日	オレンジカフェ はればれ 14:00～15:00			一緒に楽しむ 「暑さ対策」 13:30～15:00	絵本を楽しむ会 11:00～12:00
27	28	29	30			
日曜イベント ♥◇ゲーム大会◆♠ 10:00～12:00 ゆつたり図書館 12:00～14:00						

相談情報ひろばご利用時のお願い

- ①スタッフはマスクを着用して対応いたします。
- ②ひろば利用時のマスク着用は、ご自身の判断でお願いします。
人数が多い場合は、マスク着用をお願いすることもあります。
- ③ひろばへ入る際には、手指のアルコール消毒をお願いいたします。
- ④天候で急に休みになることがあります。電話で問い合わせをお願いします。
- ⑤今後も引き続き、感染対策をしていきます。

今月の開催日時：月・火・木・金 12:30～16:30
土 9:30～13:30 水・日・祝日はお休み
：最終日曜日 10:00～14:00

◆相談窓口 介護・子育てなどのご相談 その他（秘密厳守・相談料無料）

お申込み・お問い合わせ先 ふろしき・ねこの手 ☎ 03-5848-6788

『ねこの手カフェ』
毎月第1土曜日開催

7/5(土) 10:00~13:00
参加費200円(お茶・お菓子付)

土曜日のカフェで
ゆっくり過ごしませんか？



☆7/17(木) ものづくり
「うちわ作り」
時間13:30~15:00 参加費100円

☆7/25(金) 一緒に楽しむ
「暑さ対策！」
時間13:30~15:00 参加費100円

§ 7月27日 日曜日 §

♥◇ ゲーム大会 ♠♣

10:00~12:00

トランプ・オセロ・カードゲーム…

地域の方、お友達同士楽しく対戦しましょう♪

ゆったり図書館

12:00~14:00

畳の部屋でゴロゴロしながら活字をたのしみませんか？
親子・お友達同士の参加大歓迎！

7月26日(土) 開催時間11:00~12:00

「なかむら 絵本を楽しむ会」

たのしむ会のメンバーが、絵本の読み聞かせをしてくれます。

さてさて、どんなおはなしがきけるか？
楽しみに参加してください。

▶えん下を予防するお口の体操もありますよ？

参加無料

7月1日よりスタート！
食のほっとサロン
ふるしき ほっと食堂

第1・3 火曜日 (祝日を除く)
10:15~12:15

開催場所	参加費	対象
ふるしき 1階	1人1回 700円(食事代含む) ※登録制 定員10名	・練馬区在住の65歳以上の方 ・お友達を作りたい方 ・楽しい時間を過ごしたい方

ミニ講座・ゲーム・歌など
一緒に楽しみましょう

お口の体操の後、
手作りの食事を
みんなでいただきます

誤嚥予防や健康維持を
サポート！

お問い合わせ・お申し込み

特定非営利活動法人
アビリティクラブたすけあい
練馬たすけあいワーカーズ

お電話またはWEBからお申込みいただけます。

ふるしき ☎ 03-5848-6788

住 所：練馬区向山2-3-7

受付時間：平日9:00~17:00
：土曜9:00~13:00
(日曜・祝日 休み)

WEBでのお問い合わせはこちら

<https://act-furoshiki.com>

お気軽に
お問い合わせ
ください。



NPO ACT練馬たすけあいワーカーズ

ふるしき

電話：03-5848-6788



最新情報・申し込みは
こちらから