

2026 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



定休日	開催時間 12:30～16:30	定休日	開催時間 12:30～16:30	開催時間 9:30～13:30
日	月	火	水	木
1	2	3	4	5
		ふろしき ほっと食堂 10:15～12:15		
8	9	10	11	12
イベント「味噌作り教室」 ◎1部 10:00～11:30 ◎2部 11:30～13:00		お習字の会 13:30～15:00	建国記念の日	
15	16	17	18	19
こども食堂 11:00～12:00		ふろしき ほっと食堂 10:15～12:15		ものづくり 「おひなさま」 13:30～15:00
22	23	24	25	26
イベント「味噌作り教室」 ◎1部 10:00～11:30 ◎2部 11:30～13:00	天皇誕生日	オレンジカフェ 「はればれ」 介護する家族の会 同時開催14:00～15:00		
27	28			
一緒に楽しむ 「ひな祭りのお茶会」 13:30～15:00	絵本を楽しむ会 11:00～12:00			

## 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。
- ⑥室内に入るときは、靴下を履いてくださいますようお願いいたします。

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

2/7(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？



☆2/19 (木) ものづくり  
「おひなさま」

時間 13:30～15:00

参加費 100円

☆2/27 (金) 一緒に楽しむ  
「ひな祭りのお茶会」

時間 13:30～15:00

参加費 100円

※要予約

今月の『ねこの手』  
イベント情報  
ご参加お待ちしております。

§ 2月8日,22日 日曜日 §

場所 ふろしき事務所1階

大人気企画！！「味噌作り教室」

開催日を増やし1日2回×2日間になりました。  
材料の麴と大豆を混ぜるだけで！簡単なので親子で  
ご参加大歓迎♪

◎1部10時～11時30分

◎2部11時30分～13時

米味噌仕上がり 1kg 1370円・保存容器(必要な方)110円

持ち物：エプロン、三角巾、エコバッグ

※ご参加希望の方は、1月31日までに代金と一緒に  
お申込みください。

「ルアナ」＝ハワイ語で  
リラックス、一緒に楽し  
むという意味です。

介護する家族の会「ルアナ」

開催日 2月24日(火)

時間 14:00～15:00  
(オレンジカフェ「はればれ」と同時開催)

場所 ふろしき事務所1階和室

参加費 100円 ※要予約

同じ悩みを抱える方と共に歩むことで、  
日々の苦労をを少しでも軽くしたい。

2月28日(土) 開催時間 11:00～12:00

「絵本を楽しむ会」

毎月いろんな本を楽しんでいます。  
どんな本を読んでほしいですか？  
ぜひ、あなたもリクエストして参加して下さいね。  
さて、今月はどんな本でしょうか？  
お待ちしております。

参加無料

NPO ACT練馬たすけあいワーカーズ



ふろしき

電話：03-5848-6788

練馬区向山2-3-7



最新情報・申し込みは  
こちらから