

ふろしき通信 93 号

NPO 法人アクト 練馬たすけあいワーカーズ

ふろしき

2026 年 令和 8 年 1 月発行

認定 NPO 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 ふろしき

発行責任者 理事長 今井 結花

〒176-0022 練馬区向山 2-3-7

TEL: 03-5848-6768 FAX: 03-5848-6769

E-mail: info@act-furoshiki.com

ホームページ: <https://act-furoshiki.com>

2026 年も、顔の見えるつながりを大切に — 新しい年のはじまりに —

日頃より、ふろしきの活動にあたたかなご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。
2026 年も、顔の見えるつながりを大切にしながら、誰もが安心して過ごせる地域場の場づくりを
続けてまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

／ ひとりで抱えこまないための
場所が始まりました！ ／

【介護する家族の会ルアナ】



介護をしていると、「これでいいの?」「イライラするけど誰にも話せない…」そんな気持ちを抱えることがあります。介護する家族の会「ルアナ」は、介護の中でわき起こって来る様々な想いを、同じ立場の人同士で気軽に話し合う場として新しく始まりました。話すことで心が軽くなるかもしれません。話されたことはすべてヒ・ミ・ツ。「こんなこと…」と思うことでもそのまま持って来てください。

開催日: 毎月第 4 火曜日 (要予約)
(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)



／ お申込み受付中!
お電話お待ちしております ／

【ふろしき ほっと食堂・貫井】

(2026 年 4 月スタート・登録制)

ひとりで食べるより、誰かと一緒に食べるごはんはそれだけで少し心がほぐれます。「ほっと食堂・貫井」は、地域の中で気軽に集い、あたたかい食事を囲める場として 2026 年 4 月から始まります。無理なく楽しい時間を持ちたい。そんな気持ちで立ち寄っていただける場所を目指しています。

開催日: 第 2・第 4 月曜日 10:00~12:00
場 所: 貫井地域集会所 2 階会議室 4・5
参加費: 1 回 700 円 (登録制)



【手作りのお弁当販売】

第 2・第 4・第 5 火曜日のみご案内中

／ お弁当を買うことが
地域の支えにつながります ／

ふろしきでは、毎週火曜日にお弁当の販売を行っています。

現在、第 1・第 3 火曜日分は予定数に達しており、第 2・第 4・第 5 火曜日分のお弁当を中心にご案内しています。このお弁当販売は、地域の皆さんが安心・安全に過ごせるよう、ささやかな見守りの役割も担っています。「いつもの顔が見える」「ちょっとした声かけがある」そんな何気ないやりとりが、日々の安心につながっています。一つひとつのお弁当が、地域のあたたかなつながりを支えています。

お弁当代: 700 円/個 受取時間: 11:00~12:00 予約締切: 予約希望日の前週金曜日

地域で使い合える場所
として、ひらいていきます

【スペース貸し】(2026年1月スタート)

毎月第1・第3月曜日開催(要予約)

ふろしき事務所1階和室のスペースを、地域の方にも使っていただける場所として、2026年1月からひらいていきます。小さな集まりや打ち合わせ、交流の場など、さまざまな用途でご利用いただけます。「場所があることで、やりたいことが形になる」そんなきっかけが生まれる場になればと考えています。

相談情報ひろば開催時間内(12:30~16:30)

1時間 500円(要予約)

詳細はお問い合わせください。

安心して過ごせる日曜日を
これからも



【ふろしきこども食堂】

毎月第3日曜日開催(要予約)



子どもも大人も、ほっとできる時間を過ごせる地域の居場所として続けています。「楽しかった!」「おいしかった!」そんな声が聞こえる時間は、私たちにとっても大切なひとときです。食事の提供だけでなく、人と人がゆるやかにつながり、安心してそして楽しく過ごせる場であることをこれからも大切にしていきたいです。皆さまからのご寄付は、食材の購入や環境づくりなど、こども食堂を安心して続けていくための大切な支えとなっています。

参加費: こども無料、大人 300円(要予約)

あたたかいご支援をありがとうございます

日頃より賛助会費やご寄附という形でご支援くださっている皆さまに心より感謝申し上げます。

皆さまからのご協力は、訪問介護をはじめ、地域の「たすけあい」の活動を続ける大きな力となっています。

ふろしきが「認定NPO法人」を継続するためには、毎年3,000円以上の

寄付を平均100名以上の方からいただくことが必要です。

今後とも温かいご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

ご寄附は以下の方法で受け付けております。

- 銀行振込(オンラインバンキング)、クレジットカード、Apple Pay(コングラント経由でお願いします)
- ふろしきの口座番号が印字されている振込用紙からの振込(振込手数料無料)
- 現金

コングラントでのご寄附はこちら



2025年10月29日~2026年1月20日の期間中、以下の皆さまからご賛助、ご寄附をいただきました。大変感謝しております。今後とも温かいご支援をよろしくお願いいたします。

賛助・寄附: 代田様、林様、A様、渡辺様、岡部様、遠藤様、M様、N様、林様、S様、伊藤様、澤野様、S様、杉浦様、鈴木様、S.K様、S.M様、U様、O様、M様、井上様、N様、H様、S様、M様、M様、K様、K様、K様、H様、W様、内田様、S様

食品・物品: T様、N様、松寿会農園部様、関山様、A様、大森様、井上様、N様、T様、I様、K様、宮本様、T様、ピザラ練馬店様、株式会社ドール様

お問い合わせ・お申込み

お問い合わせはこちら



電話: 03-5848-6768 (訪問介護など)
03-5848-6788 (イベントの問合せ・予約)

営業時間: 月曜~金曜 9:00~17:00
土曜 9:00~13:00 (日曜・祝日 休み)

ホームページ: <https://act-furoshiki.com>

Eメール: info@act-furoshiki.com