



中野区若者フリースペース まごころドーナツ

2023年5月 スケジュール

プログラム時間帯に
フリータイム利用も
できます。

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
閉所	町歩き 13～15時 目的地/新宿中央公園 ※13時～15時 フリースペースは閉所 となります。	閉所	閉所	閉所	学びの時間 11時30分～13時 オープンプログラム テーマトーク 「私の居場所」 15時～17時	閉所
8	9	10	11	12	13	14
閉所		メンバーミーティング 15時～17時	学びの時間 11時30分～13時	練馬若者居場所と スポーツ 14時30分～17時 ※この日の閉所時間は 11時30分～14時 となります。	学びの時間 11時30分～13時 オープンプログラム 「みんなでご飯を 食べようよ」 13時～14時	閉所
15	16	17	18	19	20	21
閉所	ボイストレーニング 15時～17時	図書館で本の魅力を 感じよう 15時～17時 ※14時50分～17時10分 フリースペースは 閉所となります	閉所	利用説明会 ①14時～14時30分 ②16時30分～17時	学びの時間 11時30分～13時 Conatus Laboratory 「AI」 15時～17時	閉所
22	23	24	25	26	27	28
閉所	メンバーミーティング 15時～17時	ボランティア ～穂ヶ丘高校 校内居場所カフェ～ 11時30分～15時 ※この日の閉所時間は 16時～19時 となります。	閉所	はたらく大人と出会う会 ～コミュニケーション・ インストラクター～ 16時～18時	学びの時間 11時30分～13時	閉所
29	30	31				
閉所	ボランティア ～高齢者と ウォーキング～ 13時～16時 ※13時～16時 フリースペースは 閉所となります					

- まごころドーナツ（中野区若者フリースペース）以外で実施する場合のみ、会場を表記しています。
- フリースペース登録者が対象です。（新規にプログラムからの参加を希望する場合は、プログラムの前に登録をお願いします）
- プログラムへ参加する場合は、事前予約が必要です。スタッフへお声かけいただくか、まごころドーナツまで御連絡ください。
- 参加人数等により、直前に予定を変更する可能性があります。あらかじめご了承ください。
- プログラムの変更・追加などがあった場合は、HPにてお知らせいたします。

まごころドーナツ（中野区若者フリースペース）
東京都中野区中央1-41-2 みらいステップなかの（中野区子ども・若者支援センター）4F
11：30～19：00 火～土（祝日、年末年始を除く）※毎月2回、不定期で閉所日があります。
03-5937-3664
<https://nakano-wakamono.space/>

