



今月の  
出張居場所

◆ **出張まごころドーナツ in 鷺宮** 8/7 (水) 11:30~18:30  
 区民活動センター内の和室が、まごころドーナツになります！  
 会場/ 鷺宮区民活動センター

オープン  
プログラム

◆ **はたらく大人と出会う会 ~行動支援カウンセラー~** 8/17 (土) 16:00~18:00  
 ひきこもり訪問支援とカウンセリングを行う喜々津 博樹氏をゲストにお迎えします！

◆ **はたらく大人と出会う会 ~「キライ」が多い町会長~** 8/31 (土) 16:00~18:00  
 宮一町会長の村上昌子氏をゲストにお迎えします！

プ  
ロ  
グ  
ラ  
ム

○ **メンバーミーティング** 16:00~18:00  
 ・ 8/6 9月の予定を話し合います。  
 ・ 8/20 フリースペース通信の内容や記事の担当を決めます。

★ **ゲートキーパー養成出張講座** 8/3 (土) 16:00~18:00  
 あなたとあなたの大切な人を支えるゲートキーパーについて学びます。

★ **ちょこつと広報部** 8/8 (木) 13:30~15:00  
 中野区役所ナカノナカニワにフリースペース紹介の展示をして、その後区役所内を見学します。  
 会場/ 中野区役所 1階

○ **音楽の時間** 8/10 (土) 15:00~17:00  
 トークあり、演奏あり。集まったメンバーで、音楽をテーマに交流をする時間です。

★ **練馬区若者居場所とスポーツ** 8/14 (水) 12:30~15:00  
 会場/ 練馬区立春日町青少年館

★ **図書館で本の魅力を感じよう** 8/16 (金) 16:00~18:00  
 図書館へ行き、選んできた本について語り合うプログラムです。  
 会場/ 中野区立中野東図書館

★【ボランティア】 **子どもの居場所** 8/21 (水) 16:30~19:30  
 小学生から高校生の居場所「みんなのへや」のお手伝いをします。  
 会場/ 塔ノ山町会会館

○ **Conatus Laboratory ~ランキング1位の謎~** 8/27 (火) 16:00~18:00  
 テーマトークより一歩踏み込んで、理解や思考を深めていきます。今回は統計について考えます。

★【ボランティア】 **放課後子ども教室** 8/28 (水) 13:30~16:30  
 小学生を対象にした「お花とあそぼ!!」に、受付や作業見守りなどでボランティア参加します。  
 会場/ 東中野区民活動センター

その他

★ **家族交流会** 8/24 (土) 14:00~16:00  
 生きづらさを抱える若者の家族同士で語り合いませんか？まごころドーナツ登録者以外のご家族も参加できます！

中野区若者フリースペース まごころドーナツ 電話 …03-5937-3664

対象 …中野区在住・在学・在勤の義務教育終了後~39歳の方。 ※ご利用には登録が必要です。  
 住所 …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  
 開所時間…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。

HP 若者情報発信 SNS X



日	月	火	水	木	金	土
						1 2 ★ ゲートキーパー講座
4	5	6	7	8	9	10 ○ メンバーミーティング 出張まごころドーナツ in 鷺宮 終日閉所 ★ ちょこつと広報部 12:40~15:50閉所 ○ 音楽の時間
11	12	13	14	15	16	17 ★ 練馬区若者居場所とスポーツ 12:00~16:00 閉所 ★ 図書館で本の魅力を感じよう 15:50~18:10 閉所 ◆ はたらく大人と出会う会 ~行動支援カウンセラー~
18	19	20	21	22	23	24 ○ メンバーミーティング ★【ボランティア】子どもの居場所 16:20~19:00閉所 ★ 家族交流会 13:50~16:00 閉所
25	26	27	28	29	30	31 ○ Conatus Laboratory ~ランキング1位の謎~ ★【ボランティア】放課後子ども教室 13:00~17:00 閉所 ◆ はたらく大人と出会う会 ~「キライ」が多い町会長~

のついている日の11:30~13:00は、静かな空間で勉強や作業をする「学びの時間」の実施日になります。

★…要予約 ○…予約不要 ◆…未登録の方も、参加できます(予約不要)