



### 今月の 出張居場所

◆ **出張まごころドーナツ in 新井** 3/12 (水) 11:30~18:30  
 会場/ 新井区民活動センター  
 区民活動センター内の和室が、まごころドーナツに！

### プ ロ グ ラ ム

- ★ **【ボランティア】ねりまサポステfes** 3/1 (土) 12:00~16:00  
 ねりま若者サポートステーションのイベントにて、食べ物販売のサポートをする予定です。  
 会場/ 練馬区立春日町青少年館
- **メンバーミーティング** ① 3/4 (火) 3月の予定を話し合います。 16:00~18:00  
 ② 3/19 (水) フリースペース通信の内容や記事の担当を決めます。 16:00~18:00
- ◆ **中野若者フォーラム2025 ~ナカノのワカモノ◎ナカノのオトナ~** 3/7 (金) 13:30~16:00  
 「地域と若者のつながり」をテーマに、若者の発表や活動報告、パネルディスカッションを行います。  
 会場/ 未来ステップ なかの10階 研修室1 受付開始13:00
- ★ **図書館で本の魅力を感じよう** 3/11 (火) 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
- ★ **まごころキッチン ~ゴーヤチャンプルーをつくろう~** 3/15 (土) 15:00~18:00  
 会場/ 塔ノ山町会会館
- ★ **公園に行こう ~平和の森公園~** 3/18 (火) 14:00~16:00  
 広い公園をお散歩したり、軽い運動をしたりします。  
 会場/ 中野区立平和の森公園
- **音楽の時間** 3/22 (土) 16:00~18:00  
 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。
- **思い出話をする会** 3/26 (水) 16:00~18:00  
 人生に影響を与えた出来事や忘れられない話...集まったメンバーで、それぞれの思い出を語り合います。
- ★ **若者家族セミナー ~他の家族は、どうしてる?~** 3/29 (土) 14:00~16:00  
 講師: NPO法人 文化学習協同ネットワーク まごころドーナツ統括責任者 田中亮太  
 会場/ 未来ステップ4階 401会議室

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

HP 若者情報発信 SNS X

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 未来ステップなかの(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。



日	月	火	水	木	金	土
						1 ★【ボランティア】 ねりまサポステfes 11:30~16:45 閉所
2	3		4	5	6	7 8 ◆ 中野若者フォーラム 11:30~16:10 閉所
9	10	 ★ 図書館で本の魅力を感じよう 15:50~18:10 閉所	11	12	13	14 15 ★ まごころキッチン 14:50~18:10 閉所
16	17	 ★ 公園に行こう 13:10~16:50 閉所	18	19	20	21 22 ○ 音楽の時間
23	24		25	26	27	28 29 ★ 若者家族セミナー 13:50~16:10 閉所
30	31		○ 思い出話をする会	終日閉所		

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)