

中野区 若者フリースペース

まごころドーナツ

2025年

10月

スケジュール

開所時間中はいつでも
利用可能です
(プログラム時間帯も含む)

利用
無料

今月の出張居場所

◆ 出張まごころドーナツ in 鷺宮

区民活動センター内の和室が、まごころドーナツに！

10/2 (木) 11:30～18:30

会場/ 鷺宮区民活動センター

プログラム

○ メンバーミーティング

① 10/ 3(金) 11月の予定を話し合います。 16:00～18:00

② 10/ 21(火) 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

○ 音楽の時間

10/4 (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。

◆ おしえてメンバー先生！ ～日常系アニメ～

10/8 (水) 16:00～18:00

まごころドーナツのメンバーが講師を務め、みんなで学び交流を深めます。

★ 町歩き ～高円寺～

10/11 (土) 13:00～16:00

高円寺駅周辺の町を散策します。 集合/ まごころドーナツ

○ SDGs講座

10/15 (水) 15:00～16:00

生活協同組合コープみらいの方を講師に迎え、SDGsについて学びます。

★ まごころキッチン ～お好み焼き・もんじゃ焼き～

10/22 (水) 15:00～18:00

塔ノ山町会会館のキッチンを借りてお好み焼きともんじゃ焼きを作ります。材料費¥200がかかります。 会場/ 塔ノ山町会会館

○ ハロウィンパーティー

10/18 (土) 16:00～18:00

お菓子を食べながらみんなで交流します。仮装したい人も大歓迎♪

★ 地域若者ミーティング

10/28 (火) 16:00～18:00

つながりのある支援機関と地域の方々と「若者と共に生きる地域づくり」をテーマに交流します。

★ 公園でスポーツをしよう

10/30 (木) 13:30～16:30

新宿中央公園に行って、軽い運動をします。インディアカもやる予定！ 集合/ まごころドーナツ

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 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、不定期で閉所日があります。



日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ◆ 出張 まごころドーナツ in 鷺宮 終日閉所	3 ○ メンバー ミーティング	4 ○ 音楽の時間
5	6 	7	8 ◆ おしえて メンバー先生！ ～日常系アニメ～	9 	10	11 ★ 町歩き ～高円寺～ 13:00～16:00閉所
12	13 	14	15 ○ SDGs講座	16 終日閉所	17 	18 ○ ハロウィン パーティー
19	20 	21 ○ メンバー ミーティング	22 ★ まごころキッチン ～お好み焼き・ もんじゃ焼き～ 14:50～18:10閉所	23 	24	25
26	27 	28 ★ 地域若者 ミーティング	29	30 ★ 公園で スポーツをしよう 13:30～16:30閉所	31 	

 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 ◆…利用対象の方は未登録でも参加できます(予約不要)