

中野区 若者フリースペース

まごころドーナッツ

2025年
12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ッツ in 鷺宮
区民活動センター内の和室が、まごころドーナッツに！
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

①12/2 (火) 1月の予定を話し合います。 16:00～18:00
②12/16 (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

◆ はたらく大人と出会う会 ～結婚を勧めない結婚相談所～
結婚相談所「婚活サポートDEAR」の佐藤太一氏をゲストに迎え、交流します。 12/5 (金) 16:00～18:00

★ 子ども若者支援市民講座
「若者の社会参加から就労まで」をテーマにリアルな若者の声を聞く三鷹市の講座に参加します。 12/7 (日) 13:30～16:00
会場/ 三鷹ネットワーク大学

★【ボランティア】 放課後子ども教室
小学生を対象にした「お花であそぼ！！」に受付や作業見守りのボランティア参加します。 12/10 (水) 14:30～17:30
会場/ 東中野区民活動センター

★ かぞくのしゃべり場
若者の家族が自由に語り合ったり情報交換をする、「家族の居場所」的なプログラムです。 12/13 (土) 14:00～16:00
会場/ みらいステップなかの4階410会議室

★ まごころキッチンDX
料理が好きなメンバーの得意料理をみんなで作ります。材料費が¥300かかります。 12/18 (木) 15:00～18:00

★ フリーステップルーム文化祭
フリーステップルームの文化祭に出店します。活動紹介ブースと工作体験コーナーを予定しています。 12/19 (金) 13:00～15:00
会場/ みらいステップなかの3階

★【ボランティア】 もちつき
塔ノ山町会のおもちつきに参加します。 12/20 (土) 10:00～14:00
会場/ 塔ノ山町会 会館

◆ まごころドーナッツが区役所にやってくる♪ ※詳細はイベントチラシをご覧ください 12/24 (水) 11:30～18:30
ワーク、はたらく大人と出会う会、弾き語りライブなど、イベントづくしです！若者以外も参加OKです。 会場/ 中野区役所1階シアノマ

○ 大掃除&忘年会
フリースペース内を片付け、清掃し、綺麗になったところで2025年を振り返ります。 12/26 (金) 16:00～18:00

中野区若者フリースペース まごころドーナッツ 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	3	4	5	6
		○メンバーミーティング		◆出張 まごころドーナッツ in 鷺宮 終日閉所	◆はたらく大人と 出会う会 ～結婚を勧めない 結婚相談所～	終日閉所
7	8	9	10	11	12	13
★子ども若者支援市民講座 12:30～17:30閉所			★【ボランティア】 放課後子ども教室 14:00～18:00閉所			★かぞくのしゃべり場 13:50～16:10閉所
14	15	16	17	18	19	20
		○メンバーミーティング		★まごころキッチンDX	★フリーステップルーム文化祭 12:50～15:10閉所	★【ボランティア】もちつき 11:30～14:10閉所
21	22	23	24	25	26	27
			◆まごころドーナッツが 区役所にやってくる♪ 終日閉所		○大掃除&忘年会	終日閉所
28	29	30	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)