

中野区 若者フリースペース

まごころドーナッツ

2026年
11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

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			○メンバー ミーティング①			閉所
8	9	10	11	12	13	14
			★【ボランティア】 放課後子ども教室 14:00～18:00閉所	◆知らないところ プラスチックの世界 ～プラスチックによる環境と健 康への影響は？～	◆出張 まごころドーナッツ in 野方 終日閉所	★インディアカを やってみよう！ 18:30～19:00閉所
15	16	17	18	19	20	21
		○夢通り展示作業 16:00～18:00閉所		22日の振り替え閉所	★地域若者 ミーティング	○中野ダイバーシティ フェスタ2026 11:30～18:00閉所
22	23	24	25	26	27	28
		○メンバー ミーティング②		閉所		○かぞくのしゃべり場 13:50～16:10閉所
29	30					

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)

今月の
出張居場所

◆出張まごころドーナッツ in 野方
区民活動センター内の和室が、まごころドーナッツに！

11/13 (金) 11:30～18:30
会場/ 野方区民活動センター 和室A+B

家族向け
プログラム

○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する、「かぞくの居場所」的なプログラムです。

11/28 (土) 14:00～16:00

プログラム

○メンバーミーティング

①12月の予定を話し合います。
②フリースペース通信の内容や記事の担当を決めます。

11/4 (水) 16:00～18:00
11/24 (火) 16:00～18:00

★【ボランティア】放課後子ども教室

小学生を対象にした「アロマキッズクラブ」の受付や作業見守りのボランティアをします。

11/11 (水) 14:30～17:30
会場/ 東中野区民活動センター

◆知らないところ
プラスチックの世界 ～プラスチックによる環境と健康への影響は？～

長年環境問題に取り組んできた、中野区消費者団体連絡会の羽賀育子氏と海老澤恵子氏を講師に迎え、みんなで学びます。

11/12 (木) 16:00～18:00

★インディアカをやってみよう！

インディアカ同好会の活動に参加します。羽のついたボール素手で打ち合うスポーツです。

11/14 (土) 19:00～21:00
会場/ 第9中学校跡

○夢通り展示作業

中野駅ガード下の掲示板に、まごころドーナッツの紹介ボードを設置しに行きます。

11/17 (火) 16:00～18:00
会場/ 中野ガード下(夢通り)

★地域若者ミーティング

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

11/20 (金) 16:00～18:00

○中野ダイバーシティフェスタ2026

多様性の実現に取り組む団体が参加する祭典に、まごころドーナッツとして参加します。

11/21 (土) 10:30～17:00
会場/ 明治大学中野キャンパス

◆まごころMARCHÉ

若者会議との共催イベントです！福祉作業所などによるお店の他、プラバンづくりや若者企画など盛り沢山の内容です♪

11/22 (日) 13:00～16:00
会場/ まごころドーナッツ&410会議室

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

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。

HP 若者情報発信 SNS X