



よどばし「かしわぎだより」

～柏木地区の「ふれあい・いきいきサロン」を紹介します。～

ふれあい・いきいきサロンとは…

地域のみなさんが運営する、気軽に行ける身近な居場所づくりの活動です。参加された方同士が交流を深めることで、つながりや支えあいの輪が広がり、住み慣れた地域の中で安心して楽しく暮らしていけるようになることを目指しています。新宿社協では、立ち上げや運営についての相談にのるなど、サロン活動支援をしています。



スマイル健康体操

対象：50歳以上の方
日時：原則第1・2・3月曜日
14時～15時半
場所：北新宿生涯学習館
参加費：月3,000円/1回1,200円

椅子に座りながら筋カトレーニングなどを行います。



ふれあいミニサロンなごみ

対象：誰でも
日時：毎月第2・4水・木・金曜午後
場所：ふれあい歯科ごとう
参加費：内容による。

紙紐クラフト、ヨガ、百人一首をし、おしゃべりも楽しいサロンです。



にこにこ会

対象：未就園児と親
日時：不定期 10時半～12時
場所：北新宿第一児童館
参加費：無料



子どもと一緒に遊びながら、子育ての情報交換、おしゃべりでストレス発散できる場です。

ゆいまーる

対象：未就学児・児童と親
日時：不定期
場所：個人宅
参加費：お茶菓子代500円(親のみ)



実家のように親子でのんびり過ごすサロンです。好きに遊んでもらったり、子育ての情報交換などもしています。

神田川ふれあいサロン

対象：誰でも
日時：毎月第2火曜日
13時～16時
場所：ファミリーユ北新宿1階
参加費：200円(子ども無料)



談話、脳トレゲームなどで楽しんでいます。

① ゆいまーる北1 ② ゆいまーる北2

対象：未就学児と親
日時：①月1回(火/木曜日)
②原則第3月曜日11時半～
場所：①北新宿第一児童館
②北新宿子ども家庭支援センター
参加費：①② 無料



紙芝居や絵本、パネルシアターを通してお話や歌に慣れ親しんでもらえれば。子育ての相談にも応じます。



柏木ボランティアコーナー

【場所】新宿区北新宿2-3-7
柏木特別出張所内
【開庁時間】月～金曜日
10時～17時
(12時～13時を除く)
【TEL/FAX】03-3363-3723

高田馬場事務所

【場所】新宿区高田馬場1-17-20
【開庁時間】月～土曜日
8時30分～17時
【TEL】03-5273-9191
【FAX】03-5273-3082
※毎週火曜日 ボランティア相談日
19時まで

地区支援担当者より

詳細を知りたい、参加や見学をしてみたいサロンがありましたら、新宿社協までご相談ください。また、地域の方のためのサロンづくりに興味があるという方も、ぜひご相談ください。

今回は、2019年度
総集編です。



ボランティア募集情報はホームページに掲載しています。ボランティアに関するご相談は上記窓口へお問合せください。

