

# さーどぷれいす@まもりん坊ハウス

生活上の不安や、趣味や特技を生かして  
地域でやってみたいことなど、何でも  
気軽にご相談ください！



月～金 10時～16時

(中休み:12時～13時)

休 み:土・日曜日、祝日、不定休日あり

## July 2026 7月カレンダー

| 日                    | 月                          | 火  | 水             | 木                     | 金  | 土                  |
|----------------------|----------------------------|----|---------------|-----------------------|----|--------------------|
|                      |                            |    | 1<br>支え合い会議   | 2<br>かみいたボラセン<br>切手整理 | 3  | 4                  |
| 5                    | 6                          | 7  | 8<br>支え合い会議   | 9<br>かみいたボラセン         | 10 | 11<br>介護者支援<br>サロン |
| 12<br>ランチ<br>C A F E | 13                         | 14 | 15<br>支え合い会議  | 16<br>かみいたボラセン        | 17 | 18                 |
| 19                   | 20<br>海の日                  | 21 | 22<br>スポット常盤台 | 23<br>かみいたボラセン        | 24 | 25                 |
| 26                   | 27<br>まもりん坊バザー<br>(サンマリーナ) | 28 | 29            | 30<br>かみいたボラセン        | 31 |                    |

住 所:上板橋 2-30-2 (東武東上線上板橋駅南口 徒歩5分)

T E L:03-6794-5757 メール:mamorin@itabashishakyo.jp

# 各イベントの活動内容紹介

## ◆支え合い会議 常盤台

◎毎週水曜日 10:00~12:00、13:00~15:00

「福祉なんでも相談」を開催中！

〈支え合い会議とは…〉

住み慣れた地域で生涯元気に過ごすために、健康でいること・人とつながっていること・助けてくれる人がそばにいることなどの手助けになるよう、地域の方々が集い話し合い活動しています。



## ◆スポット常盤台

7/22(水)午前 10:00~12:00・午後 13:00~15:00 ※各回終了 15 分前までにお越しください。

◎賞味期限が3か月以上先の食品を回収しています。

※持ち主が分からない物や、時間外の受付はできません。



## ◆かみいたボラセン

◎毎週木曜日は、ボランティア活動や市民活動の相談・紹介を行っています。

◎切手整理ボランティア

7/2(木)

午前 10:30-12:00・午後 13:30 -15:00



## ◆まもりん坊バザー (サンマリーナ)

◎スポット常盤台で回収した古着等をバザーを開催して販売しています♪

※基本毎月最終月曜日開催

7/27(月)10:30~14:30



## ◆ ブ ラ ン チ CAFE

〈参加無料〉

◎子どもと大人がボードゲームで一緒に遊んで地域で顔見知りになろう！

【活動内容】 ボードゲーム、工作等

7/12(日) 13:00~16:00



## ◆介護者支援サロン 〈参加無料〉

◎介護仲間に出会えるサロンで

明るい介護をしませんか？

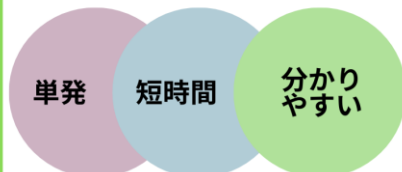
【活動内容】 茶話会、ミニ学習会、施設見学等

7/11(土) 14:00~16:00



※各団体の都合により、活動内容が変更となる場合があります。

楽しかった！役に立てた！皆と活動ができた！



**ジョブボラ**  
Job×Volunteer  
Itabashi

～既に100名以上の方がご参加されています～

【最新の募集情報はこちら】



☎ お電話でのお問合せ  
板橋区社会福祉協議会 地域共生課  
03-6905-7877



## こせひの部屋

## ～ さーどぶれいすコラム ～

夏本番になりましたと言いたいですが、すでに5月から夏日、真夏日と暑い日が続いています。エアコンや扇風機などを使い快適に過ごしてください。