

気軽に談笑したり
悩みを聞いてほしい

まちなかサロン

区民の自宅や区民活動センター等を会場に、区民同士が気軽に集える“憩いの場”として、区内に34か所※あります。

※令和7年4月1日時点

まちなかサロンホームページ
各まちなかサロンを検索できます



居宅を提供してくださる方、スタッフとしてサロン活動に協力して
くださる方を募集しています。
まちなかサロンとしてオープンした後も、他のまちなかサロンとの
情報交換の場や運営の相談などの支援を継続して行います。
興味がありましたらお電話かホームページでご確認ください。

お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎03-5380-0254

認知症地域支援推進事業

区内4か所で週1回(月4回)程度、どなたでも気軽に立ち寄り
専門の相談員にも気軽に相談したり、ゆったり過ごせる拠点です。

認知症地域支援推進事業の
検索はこちら



お問い合わせ 中野区役所 在宅療養推進係 ☎03-3228-5785

名 称	会 場	お問い合わせ先	開催日	開催時間	参加費
Dサロン・オハナ	新井一丁目22番6号 あいロード広場	070-5073-9325	毎週月曜日 (第5を除く)	13時～16時	100円
寄り添いカフェ	東中野四丁目2番16号 東中野キングス・ガーデン	03-3368-5200	毎週火曜日	10時～13時	無料
ささえさんプラザ	白鷺一丁目14番8号 しらさぎ桜苑 3階	03-5356-5447	第1水曜日 第2火曜日 第3木曜日 第4水曜日	9時30分～12時30分 13時～16時 13時～16時 13時～16時	無料
いつものところ	弥生町三丁目14番6号 コスモ会館	03-6277-4626	毎週火曜日	13時～16時	無料

オレンジカフェ

認知症の方やご家族、ご近所の方、専門職など、どなたでも
気軽にお越しいただけるカフェです。 コーヒーやお茶を
飲みながら参加者同士の交流、情報交換をしています。



オレンジカフェの
検索はこちら



このタペストリーが
目印です♪

お問い合わせ 中野区役所 在宅療養推進係 ☎03-3228-5785

近くにどんな活動が
あるか知りたい
自分で活動を始めたい

なかの情報

あなたの住んでいる地域で開催して
いるサロンや居場所、地域のイベント
や講座など、さまざまな情報を掲載
しています。
探したい情報を地域毎、活動内容・
対象ごとに検索できます。

なかの情報
サイトはこちら



お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎03-5380-0254

なかの学び場ステーション



中野区内を中心に活動して
いる生涯学習サークルや、
指導者を紹介するサイトです。
サークル・指導者の新規登録
も受け付けています。
学び場探し、学び場づくりに
ぜひご活用ください。

なかの学び場ステーション
サイトはこちら



お問い合わせ 中野区役所 文化振興・多文化共生推進係 ☎03-3228-8863

社会福祉法人
中野区社会福祉協議会

団体・施設
ボランティア

中野がもっと好きになる
「なかの情報」

イベント・講座
居場所

居場所

ボランティア

イベント・講座
・助成金

特技
ボランティア

団体・施設情報

高齢者や親子だけに限らず、様々な方が参加できる居場所や活
動を紹介しています。子ども食堂や学習支援などの活動も掲載
しています。

該当記事 358 件

絞り込み検索

生涯学習&スポーツ ガイドブック



中野区内の1年間分の生涯学習と
スポーツ情報をまとめた情報誌
です。 学びの情報を豊富に掲載
しています。

生涯学習&スポーツ
ガイドブック
サイトはこちら

