

中野のまちで見つけないか？

あなたのほっとできる場所



地域の居場所情報一覧 2019

⑫野方



社会福祉法人中野区社会福祉協議会

2019（令和元）年 11 月

地域の居場所情報一覧 2019

地域の皆さんが気軽に集える中野区内にある居場所やサロンの情報を、一覧としてまとめました。おしゃべり、音楽、お食事等を仲間といっしょに楽しめる場所が掲載されています。あなたもお気に入りの場所をみつけて、地域に出かけてみませんか。

*一覧の使い方

中野区内の15地域別の一覧です。お住いの地域の一覧をご利用ください。掲載されている団体の活動に参加したい方は、一覧に明記されている各団体の連絡先、もしくは中野社協地域担当にお気軽にお問い合わせください。

※中野社協には、15の地域ごとに担当者がいます。

*閲覧できる場所

中野区社会福祉協議会の窓口の他、中野区の各区民活動センター、すこやか福祉センター、地域包括支援センター、図書館等で閲覧することができます。

情報を必要とする方は、閲覧またはコピーをする等でご利用ください。

全地域の一覧が必要な方は、中野ボランティアセンター窓口にて有料（1冊300円）でお配りしています。

中野区内には、一覧に掲載されている情報以外にも、さまざまな居場所があります。あなたの知っている情報をお寄せください。

《発行・問い合わせ》



社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 中野ボランティアセンター
東京都中野区中野 5-68-7 スマイルなかの3F
電話 03-5380-0254 Fax 03-5380-6027
メール vc@nakanoshakyo.com
<http://www.nakanoshakyo.com> ※日曜、祝日、第3月曜日は休み


中野区内にある地域の皆さんが気軽に集える居場所やサロンの情報を地域ごとに集めました。おしゃべり、音楽、お食事等を仲間といっしょに楽しめる場所です。あなたもお気に入りの場所を見つけて、地域に出かけてみませんか？

お気軽に
お問合せください。



《情報収集・問い合わせ先》



社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 あんしん生活支援課
東京都中野区中野 5-68-7 スマイルなかの 4F 野方地域担当 大友昌一
電話 03-5380-5775 Fax 03-5380-0750 メール soumu@nakanoshakyo.com
http://www.nakanoshakyo.com ※日曜、祝日、第3月曜日は休み  あります！



【50 音順・敬称略】

N01	くりっくクラブ	設立年月	1995.11
主催	北こぶし会(野方ことぶき会)	代表者	林楨士郎
活動日時	毎月第2・4土曜日 13:30~16:30	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	野方ことぶき会のパソコン同好会。それぞれのレベルと関心にあわせた課題に挑戦しています。		
活動PR	「楽しみながらパソコンを学ぼう」初心者、見学者歓迎。みんな一緒に仲良く楽しめる場です。		
参加費	あり(月 500 円・参加時のみ)	会費	あり(野方ことぶき会 年会費 1,200 円)
参加対象	野方ことぶき会会員	事前申込	要
連絡先	林楨士郎 Tel3330-1169 野方ことぶき会 HP http://nogatakotobuki.jimdo.com/		

N02	サロン丸山	設立年月	2015.9
主催	丸山町会	代表者	内山翔人
活動日時	毎月第3金曜日 13:30~15:30	活動場所	丸山高齢者集会室(丸山 2-24-7-109)
活動内容	丸山町会が開くサロンです。お話とコーヒーとお茶を楽しみます。どなたでもご参加ください。		
活動PR	偶数月は「まちなか保健室」、介護事業所の協力で健康相談ができます。奇数月はおたのしみプログラム。ボランティアの演奏会など、毎回楽しい集いになっています。		
参加費	あり(200 円)	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

N03	慈尊会(友愛クラブ)	設立年月	1956.9
主催	慈尊会	代表者	岡田友子
活動日時	不定期	活動場所	丸山高齢者集会室(丸山 2-24-7-109)他
活動内容	お誕生会:年3回、手芸の会:不定期、郊外散策会:年4回、サロン丸山にも参加しています。		
活動PR	丸山町会地域の友愛クラブです。地域の方の参加をお待ちしています。		
参加費	あり(誕生会のみ 500 円)	会費	あり(年会費 1,000 円)
参加対象	丸山町会会員	事前申込	要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N04	写真同好会ナイスショット	設立年月	2004
主催	南すみれ会(野方ことぶき会)	代表者	大草哲子
活動日時	毎月①第1土曜日 撮影会 現地集合 10:00～16:00 ②第3土曜日 勉強会と講評会 10:30～15:30(※変更有、要確認)	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1) 他
活動内容	野方ことぶき会の同好会です。講師もお招きしての勉強会とお出かけしての撮影会の活動です。初心者の方も是非ご参加ください。		
活動PR	勉強会はデジタル加工の学習と講評会。撮影会は都内近隣の街歩き！(天候により日程変更あり)		
参加費	あり(参加費 500～800 円)	会費	あり(年会費 3,000 円、他に野方ことぶき会 年会費 1,200 円)
参加対象	野方ことぶき会会員	事前申込	要
連絡先	大草哲子 Tel3337-7571 野方ことぶき会 HP http://nogatakotobuki.jimdo.com/		

N05	東鳳クラブ(友愛クラブ)	設立年月	1988.12
主催	野方東町会	代表者	石田修
活動日時	不定期(主に第3金曜午後)	活動場所	区営野方一丁目アパート集会室(野方 1-12)他
活動内容	野方東町会地域の友愛クラブ。地域での仲間づくりを進めます。		
活動PR	月例会ではお茶を飲み、歌やお話を楽しみます。地域で交流したい方、参加をお待ちします。		
参加費	なし	会費	あり(年会費 500 円)
参加対象	野方東町会会員	事前申込	要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

N06	野方絵手紙の会	設立年月	1993
主催	野方絵手紙の会	代表者	石田晴子
活動日時	毎月第2・4金曜日 13:30～15:30	活動場所	野方高齢者会館(野方 2-29-12)
活動内容	各人自由に絵手紙を描くほか、テーマを決めて葉書や巻紙に描く時もあります。		
活動PR	野方高齢者会館内や、中野ブロードウェイ、中野駅ガード下でも作品展示をします。		
参加費	なし	会費	あり(入会金 1,000 円、年会費 1,500 円)
参加対象	どなたでも	事前申込	要
連絡先	野方高齢者会館 Tel3388-9586		

N07	のがた男の料理教室	設立年月	1995.7.11
主催	のがた男の料理教室	代表者	長松克己
活動日時	原則毎月第3金曜日 9:30～12:00 (冬季:1・2月、夏季7・8月は休み)	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	会員により運営する「男の料理教室」です。現在 13名の会員が料理の勉強をしています。		
活動PR	料理に関心を持つ男仲間と一緒に作って食べて楽しみ、老後の自立した生活を養い懇親を深めます。		
参加費	あり(700 円)	会費	あり(年会費 5,000 円)
参加対象	会員	事前申込	要(見学も可)
連絡先	長松克己 Tel3338-5580		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N08	野方北原寿会(友愛クラブ)	設立年月	1963.4
主催	野方北原寿会	代表者	高見沢昇
活動日時	毎週水曜日 10:00～16:00	活動場所	野方北町会会館(野方 6-8-10)
活動内容	体操、カラオケ、詩吟やトーンチャイムなどの活動や誕生会を実施。		
活動PR	毎週水曜日は町会会館で楽しくすごしましょう。好きな講座のみの参加もできます。		
参加費	なし	会費	あり(年会費 1,500 円)
参加対象	野方北原寿会会員	事前申込	要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 TEL5380-0251		

N09	野方ことぶき会	設立年月	1995.11
主催	野方ことぶき会	代表者	林楨士郎
活動日時	随時	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1) 他
活動内容	総会、懇親会、新年会(行事)を開催。郊外や都内での散策会(催事)実施。同好会、機関誌発行。ボランティアなど地域活動支援。		
活動PR	共に学び楽しみませんか。「近所にこんなに沢山、素敵な人が居たんだ」と知り合える喜びを。		
参加費	あり(各活動により異なる)	会費	あり(年会費 1,200 円)
参加対象	野方区民活動センター管内にお住いでことぶき 大学、生涯学習大学に在籍、卒業の方など	事前申込	要
連絡先	林楨士郎 TEL3330-1169 野方ことぶき会 HP http://nogatakotobuki.jimdo.com/		

N010	野方シルバー筋トレクラブ	設立年月	1998
主催	野方シルバー筋トレクラブ	代表者	篠克典
活動日時	毎月第 1・3・4 月曜日 10:00～11:30	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	高齢者の健康維持増進のための、転倒予防、ロコモ予防、認知症予防、医療費削減を目的とします。		
活動PR	体操だけでなく、定期的な体力評価や健康維持に関する勉強会等を行います。		
参加費	なし	会費	あり(月会費 2,000 円)
参加対象	70 歳以上で医師から軽い運動を止められていな い方(要支援程度までの方)	事前申込	不要(随時見学可)
連絡先	篠克典 TEL080-6689-2015		

N011	野方童謡を歌う会	設立年月	2000
主催	野方童謡を歌う会	代表者	野原照子
活動日時	毎月第 1・3 金曜日 13:30～15:00	活動場所	野方高齢者会館(野方 2-29-12)
活動内容	幼き日に歌った童謡や抒情歌を楽しく歌っています。		
活動PR	「老後が楽しめます」と喜んでいただいています。地域の高齢者施設で発表、交流をしています。		
参加費	なし	会費	あり(月会費 1,000 円)
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	瀧澤賞子 TEL090-2326-0558 野方高齢者会館 TEL3388-9586		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N012	野方みんなの食堂	設立年月	2016.10
主催	NPO 法人ここからプロジェクト	代表者	伊藤由宏
活動日時	原則毎月第 3 土曜日 12:30~14:30 要ブログ 確認	活動場所	野方区民活動センター3階洋室C(野方 5-3-1)
活動内容	子どもが主役ですが老若男女の方を対象に安価(子ども無料)で昼食の提供を行っています。地域の方のお手伝いも募集しています。		
活動 PR	野方地域の大人と子供の繋がりのために、多くの方のお越しをお待ちしています。		
参加費	あり[子ども(18歳以下の未就業者)無料、大人 300円]	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	伊藤由宏 Tel080-4928-3487 ブログ https://ameblo.jp/kamitakada-syokudo/		

N013	野方朗読の会	設立年月	1998.3
主催	野方朗読の会	代表者	平井正信
活動日時	毎週金曜日 10:00~12:00 他	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)他
活動内容	小説や古典など幅広い題材に継続的に取り組んでいます。活動をのぞきにきてください。		
活動 PR	高齢者施設、児童館、図書館での奉仕活動も行っています。		
参加費	なし	会費	あり(年会費 1,000円)
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	平井正信 Tel3330-1876		

N014	俳句同好会	設立年月	1999.11
主催	南すみれ会(野方ことぶき会)	代表者	吉田裕子
活動日時	毎月第 4 金曜日 13:00~16:00	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	野方ことぶき会の俳句同好会。兼題一句と自由句、計二句を持参。一人五句ずつ選句。共感を呼ぶ高点句に感動のひと時を共有します。		
活動 PR	毎月ことぶき会ホームページに、今月の一句として高点句を掲載。見学も歓迎です。		
参加費	あり(月 300円・参加時のみ)	会費	あり(野方ことぶき会 年会費 1,200円)
参加対象	野方ことぶき会会員	事前申込	要
連絡先	吉田裕子 Tel3387-0346 野方ことぶき会 HP http://nogatakotobuki.jimdo.com/		

N015	花の会プライム	設立年月	2010.4
主催	花の会プライム	代表者	北村基郎
活動日時	毎月第 1 木曜日 13:30~16:00(1月は休み)	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)他
活動内容	さくらそう、クリスマスローズ、ペコニアなど季節の草花の栽培について学び、庭園や植物園に出かけ楽しく交流できる会です。		
活動 PR	草花を通じて地域の人々と交流を図り、町の美化活動に貢献しています。		
参加費	なし(見学会、食事会は別途実費)	会費	あり(年会費 2,000円、家族会員は 1,000円)
参加対象	どなたでも	事前申込	要
連絡先	北村基郎 Tel3385-0862		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N016	PAMのお茶会/食事会	設立年月	2012.3
主催	助産師訪問PAM	代表者	大久保久美子
活動日時	①お茶会:ほぼ毎週火曜日 10:00~ ②土曜日の食いしん坊会:原則第2・4土曜日 12:00~(毎月ブログで要確認)	活動場所	助産師訪問PAM(野方 5-18-3)
活動内容	商店街の中の助産所です。お茶会を開催して、地域の乳幼児親子が集う場所として開放しています。		
活動PR	親子の気軽な交流会です。ご都合の良いお時間でお越しください。		
参加費	あり(①500円・②1000円)	会費	なし
参加対象	乳幼児親子	事前申込	不要
連絡先	大久保久美子 メール pam@yz.pupu.jp サンバ絵日記-Goo ブログ https://blog.goo.ne.jp/sanba-chang		

N017	東山サロンコーヒーサロン	設立年月	2006.2
主催	NPO 法人リンク東山	代表者	北川侑子
活動日時	毎月第3・4金曜日 10:00~12:00(ラストオーダー11:30)	活動場所	東山高齢者会館(野方 4-41-7)
活動内容	対象を高齢者に限定しない取り組みです。どなたでもお気軽にお越しください。		
活動PR	語らいのひと時をお楽しみください。100円でコーヒー、紅茶、昆布茶に甘いものが付きます。		
参加費	あり(100円)	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	東山高齢者会館 Tel3228-5280		

N018	東山すずらんの会	設立年月	1988.10
主催	東山すずらんの会	代表者	大山洋子
活動日時	毎月第1水曜日 13:30~16:00	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	情報交換や相談を目的に在宅で介護をしている家族と介護経験者による懇談会を実施。		
活動PR	介護を在宅で頑張っている人は悩まないで皆に話してみましょ。気持ちが軽くなります。		
参加費	なし	会費	あり(年会費 1,000円)
参加対象	家族として介護に携わる方	事前申込	不要
連絡先	大山洋子 Tel3386-4123		

N019	ペインティング同好会	設立年月	2013
主催	カンナ会(野方ことぶき会)	代表者	久保田登久乃
活動日時	毎月第4月曜日 13:00~16:30	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	野方ことぶき会の活動。教えたり教わったりの互助の会。会話と指先訓練で脳に刺激を認知症が逃げていく!見学歓迎、会員募集中。		
活動PR	絵心なんかありません、オンリーワンの作品を!作品は野方まつりに展示、機関誌「絆」に掲載!		
参加費	なし(材料は各自準備)	会費	あり(野方ことぶき会 年会費 1,200円)
参加対象	野方ことぶき会会員	事前申込	要(見学歓迎)
連絡先	久保田登久乃 Tel3386-7014 野方ことぶき会 HP http://nogatakotobuki.jimdo.com/		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N020	ほっと・ひといき東山	設立年月	2019.07
主催	NPO 法人リンク東山	代表者	北川侑子
活動日時	毎月第3水曜日 10:30~13:00	活動場所	東山高齢者会館(野方 4-41-7)
活動内容	世代を問わず、誰もが気軽に立ち寄れる「ほっと・ひといき東山」。のんびり過ごせる“まちなかりペングループ”です。		
活動PR	地域に顔見知りができるアットホームな空間。思いがけない差し入れも美味しいよ♪		
参加費	なし	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
れんらくさき	丸茂亜砂美 Tel090-2756-5915 中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

N021	まちなかサロンあなたの実家ききみみサロン	設立年月	2017.10
主催	社会福祉法人中野区社会福祉協議会	代表者	小林恵子
活動日時	月1回 11:30~14:00(HP 他で要確認)	活動場所	個人宅(丸山2丁目)
活動内容	赤ちゃんからシニアまで、実家で過ごす様にくつろぐサロンです。お昼ごはんを用意してお待ちしています。		
活動PR	誰もが愛される存在だと気付く場所。あなたの実家へ心も体もやすめにいらしてください。		
参加費	あり(参加費大人 100円・高校生以下無料、昼食代 400円、幼児ランチ 100円)	会費	なし
参加対象	赤ちゃんからシニアまで	事前申込	要(食事の要、不要も)
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251 ききみみ頭巾HP: https://kikimimizukin.jimdo.com/ メール:kikimimi358@gmail.com		

N022	まちなかサロンつぼみの会	設立年月	2010.10
主催	社会福祉法人中野区社会福祉協議会	代表者	石原義一
活動日時	毎月第1金曜日 13:30~15:30	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)
活動内容	地域のボランティアと大学生で作るまちなかサロンです。午後の一時一緒におしゃべりしましょう。		
活動PR	どちらかと言うと、男性の参加者が多いです。		
参加費	あり(100円)	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

N023	まちなかサロン野の花	設立年月	2016.11
主催	社会福祉法人中野区社会福祉協議会	代表者	徳永博美
活動日時	毎月第1・3木曜日 13:30~15:30(正月三が日は休みます)	活動場所	個人宅(野方5丁目)
活動内容	野方のまちのサロンです。集う楽しさはじめませんか。嚙下予防による発声、ナツメロ、唱歌。		
活動PR	商店街の中にあります。お買物のついでにお立ち寄りください。楽しい話にみなさん引き込まれます。		
参加費	あり(100円)	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	不要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 Tel5380-0251		

地域の居場所情報一覧 2019 <<⑫野方地域>>

N024	まちなかサロン弘子さんのいえ	設立年月	2019.7
主催	社会福祉法人中野区社会福祉協議会	代表者	秋山佳子
活動日時	毎月第4水曜日 13:30～15:30	活動場所	個人宅(新井3丁目)
活動内容	個人宅で開催する親しい雰囲気を感じられるサロンです。他の集いに馴染みにくい方でも おしゃべりや歌を楽しめる集いにします。		
活動PR	95歳の弘子さんが手作りのお菓子とお茶を用意してお待ちしています。		
参加費	あり(200円)	会費	なし
参加対象	どなたでも	事前申込	要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 TEL5380-0251		

N025	みんなであ・そ・ぼ	設立年月	2000.8
主催	NPO 法人中野子ども空間	代表者	新谷順子
活動日時	不定期(HP 他で要確認)	活動場所	野方区民活動センター(野方 5-3-1)、 野方図書館(野方 3-19-5)
活動内容	乳幼児親子の居場所作り活動。イベント・講習会や中野区放課後子ども教室にも取り組んでいます。		
活動PR	子育て中のお母さんが場づくりする活動です。会の企画・運営に関心のある方、ご参加ください。		
参加費	なし	会費	あり(会の事業企画・運営に参加する正 会員年額 1,000円・入会金 500円)
参加対象	乳幼児親子	事前申込	不要
連絡先	新谷順子 TEL5373-8246 中野子ども空間 HP http://kodomo-kukan.jimdo.com/		

N026	八千代会(友愛クラブ)	設立年月	1960.12
主催	八千代会	代表者	斉藤松一郎
活動日時	毎月第1～4水曜日 10:00～16:00(1・8月は 休み)	活動場所	野方南自治会事務所(野方ふれあい広 場隣) 野方 5-19-13 2F
活動内容	毎週水曜日、例会とカラオケを行う。年4回誕生会、この時はお食事つきのお楽しみ会。		
活動PR	地域で仲間づくりをしましょう。野方南自治会、八千代会に参加ください。		
参加費	なし	会費	あり(年会費 1,500円)
参加対象	野方南自治会会員	事前申込	要
連絡先	中野社協 野方地域担当 大友昌一 TEL5380-0251		