



# あなたの・居場所・出場所。

共立（ともだち）まちなかりビングです。

こども・親子・昔の子供・どなたでも。



## 手造り健康・お弁当屋食用意

予約なしでどうぞ！ 会員配達(500円)も。  
弁当は一般500円会員350円。(持ち帰り400円)ドリンクは一般150円会員100円。

## 毎日昼食・ドリンク(珈琲など)

# 毎日(月曜～土曜) 9時～18時オープン

但し、日曜日は昼食なしで、早めに閉店することがあります。

## 150円で遊び・勉強。休憩できます

(お茶付) 弁当・おもちゃなどなんでも持ち込みOK!

- ・こどもの自由な勉強遊びができます。TVも見れます。
- ・おもちゃ・絵本・童話の読み聞かせ・紙芝居もあります
- ・手作り手芸や絵の作品なども展示販売しています。
- ・絵手紙も自由にどうぞ。料理の相談・おやつづくり方。
- ・囲碁・将棋・もできます。パソコン相談など。
- ・新聞数紙や、漫画や週刊誌、本などもあります。
- ・お年寄りの方の生活サポート何でもご相談どうぞ。



### 美味しいコーヒーの喫茶オアシスも新規オープンしました

- ①月曜・昼食弁当・カフェどなたでも。
- ②火曜・昼食弁当・子育て広場どなたでも
- ③水曜・昼食弁当・朝カフェどなたでも
- ④木曜・昼食弁当・子育て広場・書道カフェ
- ⑤金曜・昼食・囲碁(13時～)ドーナツなど。
- ⑥土曜・昼食弁当カフェどなたでも。
- ⑦日曜日・昼食なし・閉店が早いときもあります。

キッチン付のお部屋をご利用下さい。

家族で・友達と・会議・パーティに。



愉快で楽しい多世代交流新冊子。  
カフェのあゆみ・500円

現在会員は616名。

みんなで楽しく。無理のないように運営しています。  
会員募集中! 年会費1000円。子ども会員は500円  
会員特典①食事カフェが割安です。②講師になれます。  
③希望なら、会の運営にも参加出来ます。  
あなたが主役の居場所出場所です。お待ちしております

### こもれど淡路交流館

会員利用500円  
淡路の中心洲本  
市街地のタコ焼き店  
も併設です。

## お困りごと相談ください!

### A:なんでもお手伝いセンター三村

・植栽剪定・庭の手入れ・清掃お手伝  
荷物移動・水道電気修理、簡単修繕・  
家事手伝いなどいろいろ困りごと・・・  
☆庖丁研ぎ、こどもの見守りも!  
★生活のなんでも相談どうぞ。  
お手伝いメンバーも募集中です!  
☆センターは2015年一般社団法人に。

### B:パソコン・子どもの勉強相談

こども自習・国語算数・・・夏休み課題など  
パソコン・どなたでもどうぞ。(三村・置田)

### C:自分史をつくりませんか

冊子にまとめます。チーム(田所)

### D:絵手紙を楽しみませんか、300円

・第1・3水曜2時～3時半(講師:内田)

### E:バザーや環境にやさしい活動を

・玄関前で、皆さんからの支援の品を  
リサイクル提供しています。(掘り出しものあり)

### F:デザイン・印刷お手伝い(岸)

・名刺や店舗案内、デザイン相談を。

### G:図書室でこどもの勉強を。(三村)

本の貸出や勉強、漢字検定も教えます。

### H:楽しい食の提供(あたふたオアシス)

毎週木曜1時～7時書道カフェ  
金曜16時～18時こもれど一なつ

### I:高齢者の方へ昼食を配達します

あたふたクッキング活動、3食から受付  
調理スタッフも募集しています8～12時

## 地域交流14回目・音楽と食と

### 文化作品誰でもアーティスト **秋の宴**

11月5日(日) 11時~14時

予約制・参加費500円・1品持参の方は無料。

・会場・こもれど・あたふた他

第15回目・まちなか食堂 どなたでも参加可

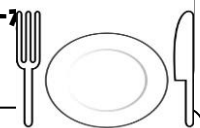
9月22日(金) 17時~ 子供を中心に

※19時からは働くお母さんも(まちなかバー)

参加こども200円(大人500円)

今回は「魚とサラダと具たくさん味噌汁」

できれば事前の予約をお願いします



9月24日(日) 13時~おもちゃ病院

加藤・伊藤・三村先生他(事前の持参歓迎)

初級・大人の英会話 優しい指導; 講師津村節子

二水会10月11日(水) 4時半から・会員限定参加!

新企画10月23日(月) 心書講座 14時~500円

ありのまま自由楽しく表現す。新しい発見 講師佐久間利恵

臨床美術教室 9月21日(木) 1時半~3時

細見典子さん・参加費1500円 静かなあなたの時間空間

新企画! 宮沢賢治を読む会 9月17日(日) 10時半~

・どなたでも参加可・500円・進行役友田清司氏

初心者歓迎 毎月第3金曜日・こども囲碁将棋

10月20日(金) 16時~17時。定員6名。20

☆囲碁と将棋であそぼう、初心者大歓迎!



康越さんの書道・カフェ教室 毎週木曜日 1時~7時

・筆など用具はすべて準備しています。ゆったり時間を!

英語をきちんとまなぶ小中学生体験講座

毎週金曜 17時~。対象小中学生。



おかず寺小屋 10月10日(火) 4時~6時

定員こども8名予約制。「日本の秋・ちらし寿司」

1人1000円しっかり料理を習得。講師山本さん

63回・10月4日(水) 朝8時からクリーン作戦スタート(月2回第1・3水曜)・朝カフェは、毎週水曜9時から、200円

感謝! みなさんからバザー品のご提供を頂いております。それを玄関前でバザー展示、格安で販売しています

## お申し込み。お問合せお待ちいたします。 会場→

□東灘こどもカフェは、2011年(H23年)4月から活動しています。

食・文化などをテーマに、こどもと昔のこどもとの多世代交流を図り、夢・目標・生活をお互いが支援する目的のボランティアグループです。

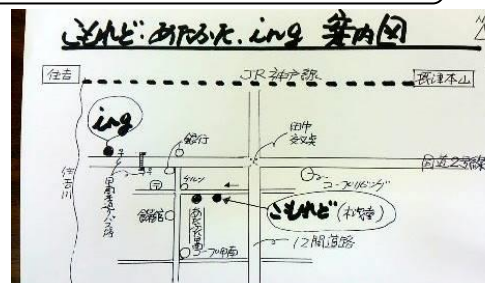
① 社協に登録、神戸社会福祉協議会から感謝状もいただきました。

② コープこうべの「サークル」に登録しています。

③ CS神戸・コープともしび財団・兵庫県・神戸市

・しみん基金神戸などからの支援・助成も受けています。

(☆政党・宗教には関係ありません)



会員・調理スタッフボランティア募集!

なんでも教えて頂ける講師も募集中です!

現在会員616名です。(年会費1000円)

こども会員も募集しています(年会費500円)

申込・問い合わせ東灘こどもカフェ なかむらほゆう

連絡携帯電話: 090-7701-6393 FAX: 078-451-7066

携帯メール jfcs1944-1944@ezweb.ne.jp パソコンメール: foryou@view.ocn.ne.jp

ホームページ <http://foryou.main.jp> フェースブック・ツイッター・エバーノート利用。

居場所; 〒658-0084 神戸市東灘区甲南町3-7-14 城野ビル1F (こもれど・木洩童)

