



長い夏がやっと終わりましたね。暑さで身体が悲鳴を上げているかも知れません。この季節に体力の回復を行いましょう！



9月のコミュニティ・カフェ高輪

高輪区民センターのカフェでは9/13と9/27に開催し、平均でCCクラブ会員15名、地域の方5名と港区関係者1名で合計21名が参加。暑さと降雨で地域の方が少なかった。ゆかしの杜カフェは9/20(金)に開催し、スタッフとCC会員で21名、地域の方8名とふれあい相談員など3名で合計32名でした。HUG高輪では、9/17(火)にミニ講演会でキルギス大使夫人ソルタバエワ・ジャミーリャさんが「中央アジアのスイスキルギス共和国を紹介します」のタイトルでキルギスの文化、産業などを話しました。パンを作り皆さんに振舞っていただきました。参加者は会員64名、地域の方1名、CC大学生、港区関係者などで合計70名でした。



10月のコミュニティ・カフェ高輪

写真左から：ジャミーリャさん、満員で立ち席で参加した方もいた会場、後半はパンを食べながら和やかに！

高輪区民センターでは10/11(金)と10/25(金)に、ゆかしの杜では10/18(金)にカフェをオープンします。今月の区民センターのスマホ相談室は10/25に行います。ゆかしの杜では今月も脳トレを行います。HUG高輪では10/15(火)に15期久我英二さんに解説と指導をお願いし、皆さんでポッチャを体験したいと思います。東京パラリンピックで馴染み深くなったと思います。皆さんと一緒に体験してみませんか！

10月 コミュニティ・カフェ高輪

Open **10月11日(金)**
25日(金)

13:30~15:30

場所:高輪区民センター
2階 展示ギャラリー前

どなたでも、お気軽にお立ち寄りください！ 無料です！

※マメの相談室は10月25日のみのみです。カフエの開催にマメの相談室は存在しません。事前申し込みは不要ですが、お問い合わせはご遠慮ください。相談料は別途現金またはクレジットカードでの決済となります。

2024 やってみよう ポッチャ!

コミュニティ・カフェ高輪 In HUG ミニトーク&カフェ

10月15日(火) 14時00分~

場所 HUG高輪2階 高輪区民協働スペース どなたでも、無料です！

解説と指導 久我英二さん(CCクラブ15期) 港区社会福祉協議会バラスポーツメイト

東京パラリンピックで認知度があり、今回のパリでも熱戦が繰り広げられたポッチャ！

誰でもできる簡単な競技ですが、戦略性も必要なゲーム性の高いスポーツです。皆さんも、やってみませんか！

依頼先 高輪地区CCクラブ 高輪地区協会支所 高輪区民センター

事前申し込みは不要。当日ご自由にご参加ください！問い合わせ先 高輪地区CCクラブ 本田則哉 nori@hcc.net.jp 090-2556-0222

10月 ゆかしの杜

~コミュニティ・カフェのご案内~

日時:2024年10月18日(金) 13:30~15:30

場所:白金台 ゆかしの杜 (郷土歴史館等複合施設6階) 区民協働スペース(会議室1)

どなたでも自由に参加できるカフェです。コーヒーをご用意してお待ちしております。昔遊びも折り紙もできます。脳トレもやっています！ 無料です！

白金台駅2番出口 徒歩1分 毎月1回(第3全曜日)開催のカフェです。 次回は **11月15日(金)**

コミュニティ・カフェ高輪 In ゆかしの杜 高輪地区CCクラブ

(コミュニティ・カフェ高輪は高輪地区CCクラブ、高輪地区協会支所、高輪区民センター、と地域ボランティアが連携・協力して運営しています。)