

近くにどんな活動があるか知りたい

検索して活動を探すなら

中野区けあプロ・navi

中野区 けあプロ・navi 地域・社会資源把握支援システム



けあプロ・naviは中野区の趣味活動やサロン生活支援サービス等を検索することができるウェブサイトです。手軽に自宅の周りがあるさまざまな活動を検索できます。気軽にお試しください。

自宅近くの活動を地図でわかりやすく見ることが出来ます

方法1 スマホでこちらから

活動場所を検索



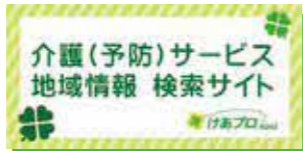
方法3 検索する

なかの けあぷろなび



方法2 中野区役所ホームページから

トップページ下部「関連サイト」にあるバナー画像をクリック



町別の一覧で活動を探すなら

なか活ガイド

なか活ガイドは、中野区のシニアの皆さまがフレイル予防に取り組み、いきいきと暮らし続けられるよう、楽しく参加できる活動を見つけられるように作られた町別のガイドです。中野区のホームページで公開しており、印刷してご利用いただけます。

方法1 スマホでこちらから



方法2 検索する

なか活ガイド



どちらも難しい場合は、区役所3階介護予防推進係か、お近くの健幸プラザ・区民活動センター・地域包括支援センターでご相談ください。

近くのイベントを探すなら

ためまっぷなかの



方法2 近くの場所から探す

地図上の赤いマークを選ぶとチラシが見られます



ためまっぷなかのサイトはこちら

「ためまっぷなかの」はお近くの情報を探せる電子掲示板です。イベントチラシと地図情報がリンクしており簡単に探すことができます。

方法1 日付から探す

イベント情報が日付順で見られます



お問い合わせ 中野区役所 地域活動推進課公益活動推進係 ☎03-3228-3251

令和8年4月発行

中野区地域包括ケア推進課介護予防推進係
電話 03-3228-8949 / メールアドレス kaigoyobou@city.tokyo-nakano.lg.jp

シニアのための あなたの近くの 通いの場マップ

令和8年度版

社会参加の頻度が高いほど

転倒、認知症やうつなどのリスクが低い傾向がみられることが明らかになっています。

「地域に居場所があり、役割があり、仲間がいること」

それが心身の健康づくりに役立ちます。

自分に合う「通いの場」を探しましょう。

