

小中学生のみなさんへ

# みずのとうつうしん

2025年  
11月



みずのとうふれあいのいえ

(ただいまこうじゅう:水木金くつにいます)

03-3954-6755

メール: mizunotoufureainoie@city.tokyo-nakano.lg.jp

ホームページは  
ここから→



QRコード

## ポッチャであそぼう!!

14金 4:00~5:00

くかつの  
レクホールに  
きてね

なかのくスポーツすいしんいんの おはらさんが  
たのしくわかりやすく おしえてくださいます  
チームをつくって たいせんするともりあがり  
ます。ひとりでもさんかもOK!!  
はじめてでも だいじょうぶ!!



## たっきゅうにトライ!

20木 4:00~5:00

マイラケット  
あるひとほ  
もってきて!

もちろん  
くかつに  
あつまて!

ちいさなおあかわさん・にしじまさんがやさしくおしえて  
くださいます。・はじめてのひとでもてんつきから  
・ラリーのどくん やしあいをします。



やりたいうことを だいじょうぶにやってみよう!

うけはき とのめものを もってきてね。  
(あそびにいいです)

しょういん あ  
職員に会いたくなったときは?

くみんかつどう  
●区民活動センター 水木金

(ゆつくりいっしょにあそべます)

かみたかだじどうかん  
●上高田児童館 月火土

(じむをしていることがおおいけど、こえかけてね)

ちいさ こうえん  
●地域の公園 (あえたらラッキー あそぼう)

みなさん!!  
くかつに  
きてみてね!!

みなさん!!

いろいろなかんばんでしています  
出張ふれあい

## 3F 水口室 であそぼう!!

まいしゅう 水 1:30~4:45

ボードゲーム・トランプ・パズル・マンガおみ ぬりえ  
+などできます。しゅくたいをしてもいいです。

10月にきてくれた  
5年生!! おいにあるゲーム  
に次々とちよせん!!  
4年生とも いっしょに  
ラミー・チェス・ボードゲームはまり  
しゅくたいが じゅくり おい  
あいますよ~

## 1F レクホール であそぼう!!

まいしゅう 木金 4:00~5:45

ひろいゆか♥ たかいてんじょう♥ バドミントンも たっきゅうも フリスビー  
も おもしろい やめます!! すみっで マンガ よんてり ボードゲームも できます。

とても大きな  
ドッジビー  
とうじょうやてい。  
こうごきたい!!



ある日ある時 いろいろな出会い、交流が生まれる「出張ふれあい」

通りかかったおばあちゃん(90歳)が卓球をしている子どもを見て「昔やっていたわ」と合流。「お年寄で久しぶり」ならゆっくりやろうと優しい気持ちを打ち砕くおばあちゃんの剛球。対応した職員の足がもつれる始末。「もうかえるわ」と言いつつ出口付近でやっていたポッチャをみて「なにかしら?」簡単にルール説明すると「やってみる」ことに。ベテラン小学生の投げ方をみてチャレンジ。なんとまた初めてと思えない「ナイスポッチャ」の連続。「ゲートボールでできたえいるからね」スーパーおばあちゃんは足取り軽く帰っていきました。その後窓口に来ていた父子さんがのぞいてくれ、「遊んでいきませんか?」に「じゃあちょっと」とポッチャに参加。お父さんに火が付きルールや小原さんのアドバイスに全集中。「面白いですね~」とポッチャファンが増えました。

子どもたちがなかなか集まらないので沈んでいた職員でしたが、たった一日で普段は中々出会えることのない皆様に会い、遊びを通じて交流できるとわかり、区民活動センターでの事業もいいなと思い元気をもらった職員でした。(でもやっぱり子どもたちにきてほしい~~です)



11月は『児童虐待防止推進月間』です

『しらせよう あなたがあこの こえになる』

