

みずのとうつうしん

10月号

2026

みずのとうふれあいのいえ
なかのく えごた 1-9-24
03-3954-6755
メール: mizunotoufureainoie@city.tokyo-



(仮)おばけやしき 実行委員大募集

去年「ばけばけフェスタ」で大好評だったおばけやしきを今年もやるよ！

ストーリーをかんがえたり、しかけをつくったり・・・

興味のある人はふれあいの家に直接申し込みに来てね！

小学4年生から
6年生対象

第1回実行委員会 10月7日(水)午後2時～午後3時

実行委員ってどんなことをするの？

ふれあいのホールをどうやったら、おばけやしきになるのかな・・・などなど

みんなで話し合いながら、楽しくてこわ～いおばけやしきをいっしょにつくってみよう！

【予定】

第2回実行委員会 10月14日(水)午後2時～午後3時

第3回実行委員会 10月21日(水)午後2時～午後3時

今年のおばけやしきは、ふれあいのおまつりの中のひとつとしてやるよ！

ふれあいのおまつりは、11月21日(土)午後1時30分～

くわしい内容は、11月のおたよりでお知らせします。

おたのしみに！！

～ふれあいの家からのおねがい～

- ・遊びに来るときは、水筒・ハンカチを必ず持ってきてください。
- ・持ち物はすべて自分のカバンに入れて持ってきてください。
- ・ぬれた服で入らないでください。



～出張ふれあい～

えごたくかつでソフトバレーボールをしよう！

10月1日(木) 午後2時～午後4時

7月にとっても盛り上がったソフトバレーボールをまたやるよ！

時間にレクホールに集まってね！

持ち物は、上履き、水筒、タオル

※この日は、午後5時まであそべます！区活ではお菓子を食べたり、スマートフォンやゲーム機であそぶことはできません。



ふれあいの家交流事業

ボッチャであそぼう！

10月9日(金) 午後4時～午後5時

中野区スポーツ推進委員の小原さんが優しく楽しく教えてくれます。

初めてでも大丈夫。親子参加もOKです！

みんなでボッチャを楽しもう。高齢者の方もぜひ参加してください！



卓球にトライ！！

10月15日(木) 午後4時～午後5時

地域の大川さん・西島さんが優しく教えて下さいます。初めての人はてんつきから。

慣れてきたら卓球台を使ったり、ラリーをしましょう。時間になったらホールに来てね。



ボードゲームデー

10月28日(水) 午後3時～午後4時

今月もボードゲームデーを開催！みんなで楽しくあそぼう！

※今月のボードゲームデーはいつもと時間が違うよ。

