

# bloom Topic 2025 年 7 月

| 月                                  | 火                                     | 水              | 木             | 金                                       | 土                                       | 日  |
|------------------------------------|---------------------------------------|----------------|---------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|----|
|                                    | 1 12時 open<br>おいでよ ゆいの森<br>15:00~     | 2              | 3             | 4                                       | 5 イベント<br>～癒しマルシェ～<br>11時 open          | 6  |
| 7                                  | 8 12時 open                            | 9<br>15時 close | 10            | 11 イベント<br>～いろいろのじかん～<br>10:40~         | 12<br>English cafe<br>14:00~            | 13 |
| 14                                 | 15<br>1日閉館                            | 16             | 17            | 18                                      | 19<br>bloom live kitchen<br>こなパ! 11:30~ | 20 |
| 21<br>海の日                          | 22<br>12時 open<br>おいでよ ゆいの森<br>15:00~ | 23             | 24<br>&<br>31 | 25 12時 open<br>BAR night<br>17:00~19:00 | 26<br>はたらく人の<br>メンタルセラピー<br>14:00~      | 27 |
| 28<br>ナチュラプラス<br>を見にいこう!<br>12:45~ | 29<br>12時 open                        | 30             |               |                                         |                                         |    |

## 5日(土)～癒しマルシェ～

bloom が1日マルシェに大変身!!本格的な占いや手作り小物販売などの様々な癒しブースが出ます。詳しくは裏面やチラシをご覧ください。TIME)11:00~16:00

入館料不要、お気軽にお越しください♪

## 11日(金) ～いろいろのじかん～

0歳から100歳まで楽しめる色のワークショップ  
TIME)10:40~11:40【ColoRTerrace 代表:野口絵理氏】  
お問い合わせ先:enoguchi.col@gmail.com  
申込方法:<https://ws.formzu.net/dist/S2512475/>  
裏面やチラシをご覧ください。

## 26日(土)はたらく人のメンタルセラピー

～メンタル不調にならないための考え方習得講座～  
TIME)14:00~15:30

\*対象:働いているいないにかかわらず興味のある方  
\*テーマ:マインドフルネス ストレスフリーな生活を  
\*参加費:¥1000 終了後にワンドリンクとプチ菓子サービス  
\*先着:10名 ※要TEL申し込み



## 28日(月)ナチュラプラスを見にいこう

TIME)13:00~14:00 12:45にセンターこいわ集合  
当ビル3階にオープン「ナチュラプラス」の見学&説明会  
講座の見学も予定しています♪

\*対象:ナチュラプラスに興味がある方  
参加費:無料&予約不要

## 19日(土)bloom live kitchen!

こなパ!～粉もんパーティー in cafe bloom～  
TIME)11:30～  
熱々の焼きそばとまん丸お楽しみ焼き!  
1食 各250円(チケット当日販売)  
なくなり次第終了です。

## English café (Sat, 12th 14:00~)

Let's talk in English and have fun!  
Everyone is welcome!

## おいでよ ゆいの森

～祝スタッフゆい企画レギュラー化☆～

1日(火)フラワーロードを散策しよう  
22日(火)フラッシュ暗算大会  
TIME)両日とも 15:00~無料 予約不要

## 25日(金)Bar night

TIME)17:00~19:00 ¥1000  
ワンドリンク+おつまみプレートセット付

第11回

# 癒しマルシェ

7・5土

11:00 ▶ 16:00

占い・ハンドメイド・アクセサリー  
似顔絵・ワークショップ  
ワンギャングズ・薬膳・CS60  
ワクワクが大集合!

入場無料

access

JR小岩駅 南口 徒歩4分  
NPO法人つぼみ 地域活動支援センター小岩  
2階 ~Cafe bloom~  
江戸川区南小岩7丁目19番7号 南小岩MACOビル2階  
サミットストアの跡地の奥です。QRコードで地図チェック!




Color Terrace  
色彩知育@小岩教室

## いろのじかん

2025  
7/11 (金)  
10:40-11:40  
café bloom

0歳から100歳まで  
楽しめる色のワークショップ

「いろのじかん」は、色彩知育@をベースに、色を自由に感じ、表現することで、年齢を超えて今この瞬間の「じぶん」を大切にできる、心にやさしい時間をつくるワークショップです。

手は汚れないよ

いろいろのテーマ「わたしのしあわせいろ」  
～色で描く、色彩知育@カラーペイント～  
しあわせって、どんな色? 感じたままの「しあわせ」を色で描こう!

参加費:1500円 (当日公式LINE登録で200円OFF!)

参加対象:0歳2か月～100歳どなたでも

場 所:地域活動支援センターこいわ～CAFE BLOOM  
東京都江戸川区南小岩7丁目19-7

講師:野口絵理  
Color Terrace代表  
ベビー・こども色彩知育@インストラクター・色彩知育@トレーナー  
江戸川区を中心にWORKSHOP、色彩知育@教室を運営

お申込みはこちらから



Instagram



## はたらく人のメンタルセラピー

### ストレスに負けない心づくり

少しだけ考え方と行動を変えて、  
気持ちを楽しにしてみませんか?

#### ★ 6つの特徴

- |                    |                         |                     |
|--------------------|-------------------------|---------------------|
| 1 心理士が実施<br>認知行動療法 | 2 薬じゃなく<br>考え方で改善へ      | 3 月1回 90分<br>テーマは様々 |
| 4 人と一緒に<br>話して学ぶ効果 | 5 心地よい空間で<br>コーヒーを飲みながら | 6 参加費¥1000<br>※当日払い |

#### ★ ご紹介

～セミナー テーマ例～  
・『考え方捉え方』を変えてみよう  
・やる気スイッチをオン!  
・心の問題を解決させよう  
・リラクゼーションのいろいろ  
・マインドフルネスを実践しよう  
など

\*第3土曜日 14:00～15:30

当センターでは個別のカウンセリングにも対応しております。お気軽にお問合せください。  
ゆっくり働きたい方もぜひご参加ください。



会場 café bloom

～担当心理士～  
岡 聡

(臨床心理士/公認心理師/家族療法士)  
〈経歴〉  
・電機メーカーでの企業経験  
・アメリカ オハイオ州立大学大学院修了  
・精神科クリニック リワーク担当  
・就労支援コーディネーター

<お問合せ>  
NPO法人つぼみ  
地域活動支援センターこいわ  
江戸川区南小岩7-19-7  
南小岩MACOビル2階

お申し込みは電話にて  
お願いします  
☎ 03-5655-9100

#### ✧ 8月のイベント予定 ✧

- 小学生向け「今日、書く!読書感想文」
  - 小学生向け bloom cafe 体験
  - Music Bar などなど...
- 詳細は次回の Topic に載せます♪



@KOIWA.BLOOM

bloom 公式Instagram  
フォローお待ちしております😊