

bloom Topic 2025年8月

月	火	水	木	金	土	日
				1 ✨イベント✨ Kids マラカス作り	2 ✨イベント✨ Music Bar 🍷 14:00~	3
4	5 12時 open	6	7	8	9 ✨イベント✨ 今日、書く！読書感想文	10
11 <u>休館</u>	12 <u>休館</u>	13 <u>休館</u>	14	15	16 ✨イベント✨ Kids カフェ体験 はたらく人のメンタル セラピー 14:00~	17
18	19 13時 open	20	21	22	23 bloom lunch English cafe 14:00~	24 31
25	26 12時 open ✨イベント✨ 動画撮影の取材	27	28	29 12時 open BAR night 🍷 17:00~19:00	30 ✨イベント✨ bloom 紹介動画上映会	

—Contents—

2日(土) Music Bar 🍷

TIME) 14:00 ~ 16:00

皆さんからリクエスト頂いた曲をパーソナリティが生放送で紹介しながら過ごす Bar タイム！
リクエストはセンター内にある専用用紙でお願いします。(アルコール、おつまみ、などオーダーOK)

23日(土) bloom lunch 🍱

TIME) 11:30~ ¥700 “おむすび和プレート”

29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

English café (Sat, 23rd 14:00~)

Let's talk in English and have fun!

1日(金) Kids マラカス作り体験&音楽体験会

TIME) 10:30~12:30 *対象:小学生まで
なごみの家小岩が bloom にやってきます！
夏休みの自由研究にもおすすめです※参加費無料
申込・問合せ:03-3658-4753(なごみの家小岩)

9日(土) Kids 今日、書く！読書感想文

TIME) 小学 1~3 年生: 9:30~12:30

小学 4~6 年生: 13:30~16:30

3 時間で読書感想文の宿題を完成させよう！
各回定員 4 名(先着順・要申込)

16日(土) Kids カフェスタッフ体験

TIME) 13:00~15:30 *対象:6~15 歳
cafe bloom でカフェスタッフの仕事体験ができます
(ドリンクづくり、レジうち、接客など)
※無料、要申し込み、定員6名

☀センターこいわ夏季休業☀

8月10日(日)~8月14日(木)

はたらく人のメンタルセラピー



★ 6つの特徴

- 1 心理士が実施 認知行動療法
- 2 楽じゃなく 考え方で改善へ
- 3 月1回 90分 テーマは様々
- 4 人と一緒に 話して学ぶ効果
- 5 心地よい空間で コーヒーを飲みながら
- 6 参加費 ¥1000 ※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。お気軽にお問い合わせください。ゆ〜ゆ〜楽しい方もぜひご参加ください。



会場 cafe 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
TEL 03-5655-9100

16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 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



26日(火)&30日(土)

「アンイブンプラス×センターこいわ」

子ども向け動画制作スクールのアンイブングが
 センターこいわとコラボして「こいわ紹介動画」
 を作成&上映をします!

26日は子どもたちが bloom に取材にきます。

30日はこいわの紹介動画に加えてこれまで制作した作品も上映します!

<取材> 26日(火) 13時30分～

<上映会> 30日(土) 14時～

それぞれの開始時間に変更が出る可能性があります。



なごみの家小岩 コラボイベント
 なごみの家小岩が地域活動支援センターこいわに出張します!

マラカス作り体験 & 音楽体験会

みんなで楽しくマラカス作り!
 その後、音楽に合わせてみんなで一緒に演奏してみよう♪

かくのピアノ教室 寛野左和子先生
 しおだ♪ひろピアノ教室 塩田裕恵先生

日時: 令和7年8月1日(金)
 10:30～12:00

対象: 小学生まで
 定員: 10名
 参加費: 無料

(保護者の方は、入館料として100円がかかります。)

場所: 地域活動支援センターこいわ
 (南小岩7-19-7 南小岩MACOビル2階)



お問合せ・ご予約は
 こちらニャン♪



なごみの家小岩
 TEL 03-3658-4753

今日、書く! 読書感想文

どくしょかんそうぶん

8月9日 土

小学校1～3年生 9:30～12:30
 小学校4～6年生 13:30～16:30

参加無料

定員: 各回4名 ※先着順・要申込み
 持ち物: 本・えんぴつ(シャープペンシル)・消しゴム
 宿題の決まり(文字数など)が分かるプリントなど
 その他: 今日、書く!のために

- ①本を選び、読み切っておこう
- ②心が動いた場面を3つ選んでおこう

※裏面にヒントがあるよ♪

保護者の皆様へ

- 完成時間により、終了が早まる場合があります
- 参加には、センターこいわへのご登録が必要です

cafe bloomは、どなたでもご利用いただけるコミュニティカフェです
 ご登録後は、15歳まで入館料・ドリンク代無料でご利用いただけます

【お申込み・お問合せ】
 地域活動支援センターこいわ～cafe bloom～
 江戸川区南小岩7-19-7 南小岩MACOビル2階
 TEL 03-5655-9100 (担当: 齋藤)

公式Instagram



bloom 公式Instagram
 フォローお待ちしております😊