

Bloom Topic 2026年 7月

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3 ✦ Enjoy ✦ 昼のみ×人生ゲーム (人生ゲーム 13:00~)	4 ✦ 外部イベント ✦ ようこそ 踊りの世界に 15:00~15:45	5
6	7 セタ 12時 open	8	9	10	11 bloom lunch 11:30~13:00 ✦ 外部イベント ✦ 知って得する労働法 15:00~16:30	12
13	14 12時 open	15	16	17	18 はたらく人のメンタル セラピー 14:00~	19
20 海の日	21 12時 open	22	23	24 M&R バリスタ スペシャルコーヒー ★地域盆踊り大会設営準備 ※協力者募集!	25 bloom 開閉時間 12時~16時 ★地域盆踊り大会 (bloom 出店します)	26
27	28 12時 open	29	30	31 13時 open BAR night 17:00~19:00	8/1 就労セミナー タワーホール船堀	

— Contents —

3日(金) **昼のみ×人生ゲーム**

人生ゲーム13:00~14:30
吞みながら 真剣勝負!!

11日(土) **bloom lunch**

TIME) 11:30~13:00 ※なくなり次第終了
「鶏の竜田揚げ定食」
850円(デザート付)



24(金) **M&R バリスタ**



スペシャルコーヒー ¥200

bloom バリスタが淹れる、至高の一杯。

25日(土) **地域盆踊り祭り**

bloom 出店!



※24日(金)祭り設営準備の協力者募集!
体力自慢集まれ!! 詳しくはスタッフまで

✦ 4日(土) ~ようこそ 踊りの世界に~ ✦

「日本舞踊にチャレンジする会」主催。年齢・経験問わず、
どなたでも大歓迎!初めての方でも楽しめます!

TIME) 15:00~15:45

予約:不要 参加費:無料(別途入館料100円)

※浴衣のある方は浴衣持参でお願いします。(洋服でも可)

11日(土) **く~さん塾 「知って得する労働法!」**

突然の解雇やパワハラ、それってありなの?

労働法は働くあなたの味方です!

TIME) 15:00~16:30

予約:不要 参加費:無料

31日(金) **Bar night**



TIME) 17:00~19:00

参加費: ¥500 (ワンドリンクサービス)

フード・ドリンクチケット: 1枚:250円、5枚:1,000円

8月1日(土) TIME 14:30~16:00

メンタルヘルスセミナー

対人関係ストレスから自分を守る術

予約:右のコードより申込みください

場所:タワーホール船堀

参加費:無料



18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:「ストレスに負けない心の育て方」

*参加費:¥1000 ワンドリンク付

(別途入館料100円)

*先着:10名 ※要TEL申し込み



働く人の8割が感じると言われている
仕事上での対人ストレス。放っておくと
心身の不調につながることもあります。
頑張らずに苦しまないようならえ
方や行動のコツを気軽に学び、軽やかな
日々を過ごしませんか?

働くための
メンタルヘルスセミナー
対人関係ストレスから
自分を守る術
8月1日(土)
14:30~16:00
~講師~
岡聡(臨床心理士/公認心理師)

会場内
活用資源紹介コーナーあり

タワーホール船堀 (303室)
江戸川区船堀4-1-1 車輪橋駅すぐ
Googleフォーム(二次元コードより)にて
申し込みください
※切:7月30日(木)
※人数に達し次第、受付終了
※参加費:無料

【主催】地域活動支援センターこいわ
地域活動支援センターえどがわ
03-5655-9100 (こいわ)

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
少しだけ考え方や行動を変えて、
気持ちを楽にしてみませんか?

★6つの特徴

1 心理士が実施 認知行動療法	2 楽々楽しく 考え方が改善へ	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~
『ストレスに負けない心の育て方』
メンタル不調にならないための考え方習得講座

7月18日(土) 14:00~15:30
参加費 1,000円 (入館料100円別)
*お好きなドリンク1杯サービス

~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

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。

<お問合せ>
NPO法人つばみ
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

—Bloom レンタルスペース—

ようこそ踊りの世界に
~日本舞踊にチャレンジ~

7/4(土) 15:00~15:45

猛暑の続く日本。
涼しげな踊りで、
暑さを忘れましょう

参加費無料 (別途入館料100円)

※予約不要!
どなたでも参加できます

浴衣のある方は浴衣持参をお願いします

予約不要

どなたでも参加OK!

参加費
無料

知って得する労働法

突然の解雇やパワハラ
それってありなの?
労働法は働くあなたの味方です

日時 7/11(土) 15:00~16:30
場所 地域活動支援センターこいわ~
cafe bloom~

講師自ら主催!
く~さん塾
講師 高橋 邦之

大学卒業後、トヨタ系企業で人事・広報・総務・労務・法務を経験。
定年後、ハローワーク相談員を経て、
愛知学泉大学 経済学部 准教授。労働法を教える
CDA(厚生労働省指定キャリアコンサルタント能力評価試験合格)

【お問い合わせ先】
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2F
☎ 03-5655-9100

小岩駅南自治会
盆踊り祭り&コラボ!!

夏祭り
ゲーム&DRINK

7/25(土) 17:30~18:45
かるがも広場

1 GAME
¥200

ストラック
アウト

的入れ
ボール

ジュース
ビール

地域活動支援センターこいわ ~cafe bloom

NPO 法人つばみ 地域活動支援センターこいわ~cafe bloom~
〒133-0056 東京都江戸川区南小岩 7-19-7 南小岩 MACO ビル 2 階
TEL : 03-5655-9100

