

ふれあいサロン

令和6年

4

月号

講座総合案内

新しいことをはじめたい、友達をつくりたい、自分が暮らす地域のために何かしたい、文京区に引っ越してきたばかりなので、地域のことを知りたい…

<ふれあいサロン>では、区民の方々の交流を目的とした「イベント」、地域の魅力をお届けする「まちの講座」、地域のために活躍したいと考えている方々を応援する「スキルアップ講座」を、あなたの身近な地域活動センターで開催しています。世代を問わず、どなたでも参加できます。

多くの区民の方々のご参加を心よりお待ちしております。

対象 区内在住・在勤・在学者

※ 対象を一部限定しているものもあります。各講座の内容欄をご確認ください。

申込 往復はがき（1人1枚）に講座名・住所・氏名・年齢・電話番号（在勤・在学の方は勤務先名・学校名）と返信用にもあて先を明記し、各会場の地域活動センターへ郵送または持参。

※ 一部電話申込み（申込順）等のもものもあります。各講座の内容欄をご確認ください。

※ 開催日程欄に「希望回選択制」とある講座は、ご希望の回を講座名のうしろにご記入ください。〔例：タブレット体験講座①〕

問合せ 各講座の実施会場の地域活動センターへお問合せください。連絡先等は別紙「申込・お問い合わせ先（地域活動センター）」をご覧ください。

★表の見方 開：開催日程 募：募集期間 内：内容 対：対象（限定している場合に記載）師：講師
定：定員 ￥：受講料（初回納入／当日納入）申：申込方法（往復はがき以外の場合に記載）
保：保育（実施の場合に記載）

※新型コロナウイルス感染症等防止対策については、今後も国・東京都による方針に基づき対応しますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

◆ 5月からはじまる講座

講座名	開催日程 ・募集期間	内容など	会場
初めてのタブレット講座 (Android編) ～都内散歩・あじさい狩り編～ (全4回)	開 5/9～30 毎週木曜日 13:30～16:00 ----- 募 3/25(月)～ 4/26(金)必着	内 電源の入れ方から始め、あじさい狩り 都内散歩コースを調べ計画することを 題材として、タブレットの基本を学ぶ。 師 NPO法人竹箒の会 定 16人(抽選) ¥ 600円(初回納入) ※タブレットは会場に用意。	駒 込

◆ 5月からはじまる講座

講座名	開催日程・募集期間	内容など	会場
<p>話すためのボイストレーニング講座 ～声出して、すっきり心も晴れやかに～ (全4回)</p>	<p>開 5/20～6/10 毎週月曜日 14:00～16:00</p> <p>募 4/25(木)～ 5/9(木) 必着</p>  <p>▲申し込み用 二次元コード</p>	<p>内 職場や地域活動で役立つ、話すための発声や滑舌方法のコツを学ぶ</p> <p>師 世弥 きくよ (舞台俳優)</p> <p>定 10人 (抽選)</p> <p>¥ 500円 (初回納入)</p> <p>申 郵送または湯島地域活動センターへ持参または申し込みフォーム</p>	湯島
<p>知っておきたい 老人ホームの賢い選び方</p> 	<p>開 5/24(金) 14:00～15:30</p> <p>募 4/19(金)～ 定員になり次第</p>	<p>内 介護施設の違いや有料老人ホームの探し方のポイント・料金体系についてお伝えします。</p> <p>師 齋藤 弘毅 (株)介護施設研究所 所長</p> <p>定 25人 (申込順)</p> <p>¥ 無料</p> <p>申 4/19(金) 午前9時から電話で高齢者あんしん相談センター富坂分室</p> <p>☎ (5805) 5032 に</p>	磯川

◆ 6月からはじまる講座

講座名	開催日程・募集期間	内容など	会場
<p>iPad 講座 ～梅雨のお出かけ～ (全4回)</p>	<p>開 6/7～28 毎週金曜日 13:30～16:00</p> <p>募 4/25(木)～ 5/24(金) 必着</p>	<p>内 観光地調べ、写真、旅行計画等を題材にして、電源の入れ方から楽しく学ぶ。</p> <p>師 NPO法人竹箒の会</p> <p>定 16人 (抽選)</p> <p>¥ 600円 (初回納入)</p> <p>※お持ちの iPad (林檎マークの付いたタブレット) を持参。</p> <p>※電話機能の使い方は、講座内容には入っていません。</p>	駒込



合同企画

自分の好きを極めて地域の中で第三の居場所を見つけよう！

～実践！絵手紙 編～

地域の居場所「ぶんたねこいしか和」でふれあいサロン出張版を開催！
独学で始めた「笑（絵）手紙」をきっかけに、地域交流の場を提供している
中野幸恵氏の体験談とワークショップを通じ、「自分で作るサードプレイス」
体験をしてみませんか？



定 10人（抽選）

¥ 200円（当日納入）

師 中野 幸恵（「レッツ☆笑てがみ」代表）

募 4/10（水）～4/26（金）必着

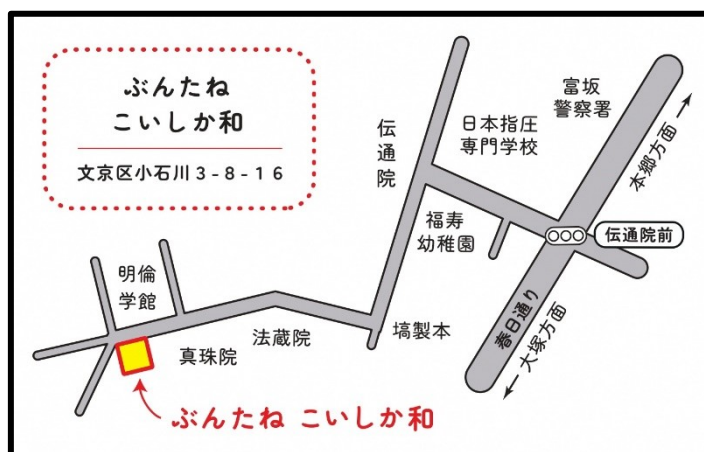
申 礫川地域活動センターへ郵送、持参または申し込みフォーム



▲申し込みフォーム

日時	講座内容
開 5/15（水） 14：00～17：00	①活動のきっかけを知ろう！（約30分） 「きっかけは年賀状づくりから」 ②ワークショップ1（約1時間30分） 「割りばしで笑（絵）手紙に挑戦！」 ③ワークショップ2（約45分） 「活動後の茶話会体験」 お茶を飲みながらお互いの作品の感想を語り合しましょう ※麦茶は無料、100円でコーヒー・紅茶あり ※文京区社会福祉協議会から、地域交流に役立つ情報もお知らせします！

【会場】



ふれあいサロン立ち寄りコーナー



事前申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。

対 区内在住・在勤・在学者 ￥ 無料

講座名	開催日程	内容など	会場
日本画家・吉野久幸氏の ワンポイント・アトリエ	毎月第2火曜日 14:00～17:00	内 はじめて絵を描いてみようという方、 絵についてのアドバイスが欲しい方に 日本画家の吉野久幸氏が個別に対応。 ※簡単な画材とスケッチブック、または制 作中の絵を持参。	駒込
タブレットお助け隊 (iPad) ～ワンポイント・アドバイス～	毎月第3水曜日 13:00～16:00	内 はじめて iPad を使う方への基本操作 のアドバイス。 師 一般社団法人タップタップラボ ※お手持ちの端末を持参(無料貸出も可)。 ※1人30分程度。 ※iPhoneに関する質問にも対応可能。 パソコンに関する質問には対応していません。	駒込
タブレットお助け隊 (Android) ～ワンポイント・アドバイス～	毎月第4火曜日 13:00～16:00	内 はじめて Android のタブレット端末を 使う方への基本操作のアドバイス。 師 NPO法人竹箒の会 ※お手持ちの端末を持参(無料貸出も可)。 ※1人30分程度。 ※スマートフォンに関する質問にも対応可能。 パソコンに関する質問には対応していません。	駒込

予約不要でいつでも気軽に立ち寄れる、
「ふれあいサロン立ち寄りコーナー」を
ぜひ一度ご利用ください！



発行：文京区区民課地域振興・協働推進担当 ☎03(5803)1170
(〒112-8555 文京区春日1-16-21)