ふれあいサロン

令和７年 5 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います。

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返信用はがき持参。

※ **一部電話申込み**（申込順）等のものもあります。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）

◆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
LINE 基礎講座 **～超初級からの LINE～** **（全２回）**	**開** **5/15(木)・16(金)** 13：30～16：00 --- **募** 4/10（木）～ **5/2（金）必着**	内 オンラインで「会話」すること、音声通話、PayPay 等の便利機能を楽しく学ぶ。 ※お手持ちのスマートフォンを持参。 師 ＮＰＯ法人竹箒（たけぼうき）の会 定 １６人（抽選） ¥ ３００円（初回納入）	**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
お茶の水おりがみ会館の折り紙講座（初級編）（全４回） 	**開 5/22～6/12** 毎週木曜日 14：00～16：00 ---------- 募 4/25（金）～ **5/12（月）必着** ▲申し込み用二次元コード	内上質な紙を使い、季節感のある折り紙を楽しむ。 ※筆記用具・持ち帰り用の袋を持参 師市川（いちかわ）　妙子（たえこ）（お茶の水おりがみ会館講師） 定１５人（抽選） ￥１,７００円（初回納入） 申申し込みフォームまたは湯島地域活動センターへ郵送または持参	**湯島**
知っておきたい　老人ホームの賢い選び方 	**開 5/23（金）** 14：00～15：30 ---------- **募 5/1（木）午前９時～定員になり次第**	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・料金体系について学ぶ。 師齋藤（さいとう）　弘毅（ひろたか） 定２５人（先着順） ￥**無料** 申高齢者あんしん相談センター富坂分室に電話で申込　☎03（5805）5032	**礫川**

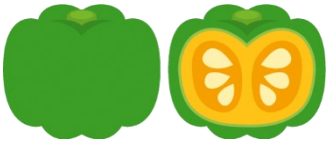
◆６月からはじまる講座

講　座　名	開催日程・募集期間	内　容　な　ど	会場
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）	**開 6/2～6/23** 毎週月曜日 14：00～16：00 ---------- 募 4/25（金）～ **5/22（木）必着** ▲申し込み用二次元コード	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。 師世弥（せみ）　きくよ（舞台俳優、演技・朗読講師） 定１０人（抽選） ￥５００円（初回納入） 申申し込みフォームまたは湯島地域活動センターへ郵送または持参	**湯島**

◆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
手編み（棒針）教室～きらきらテープヤーンで編むスマホポシェット～（全４回） 	開 **6/9～6/30** 毎週月曜日 10：00～12：00 ---------- 募 5/10（土）～ **5/29（木）必着** ▲申し込み用 二次元コード	内 棒針でポシェットを編む。 ※基本の棒針の編み方ができる方が対象 師 鎌野（かまの）　玲子（れいこ）（ヴォーグ学園手編み指導員） 定 １０人（抽選） ￥ ３,９００円（初回納入、教材費込） 申 申し込みフォームまたは音羽地域活動センターへ郵送または持参	**音羽**
水引細工教室（初級）（全３回）	開 **6/11～6/25** 毎週水曜日 14：00～16：00 ---------- 募 5/10（土）～ **5/28（水）必着**	内 水引の歴史を学び「あわじ結び」と「梅結び」で水引小物を作る。 師 若井（わかい）　麻也子（まやこ）（若井佐吉商店） 定 １０人（抽選） ※全３回全て出席可能な方 ￥ １,８００円（初回納入、教材費込）	**大原**
スマホ初心者講座～超初心者からのスマホ教室～（全２回）	開 **6/12(木)・13(金)** 13：30～16：00 ---------- 募 5/10（土）～ **6/3（火）必着**	内 乗換案内、地図、Google 等々の便利機能や PayPay 等電子マネーまで学ぶ。 ※お手持ちのスマートフォンを持参。 師 ＮＰＯ法人竹箒（たけぼうき）の会 定 １６人（抽選） ￥ ３００円（初回納入）	**駒込**
古くて新しい「ふろしき」の世界！～楽しい旅行のお助け術～	開 **6/18（水）** 13：30～16：30 ---------- 募 5/10（土）～ **6/3（火）必着** ▲申し込み用 二次元コード	内 日本の生活様式と古くから関わりを持つふろしきの様々な結び方、日常生活に役立つ活用方法を学ぶ。 師 山田（やまだ）　悦子（えつこ）（山田繊維株式会社むす美） 定 １６人（抽選） ￥ ３００円（教材費込） 申 申し込みフォームまたは向丘地域活動センターへ郵送または持参	**向丘**

◆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
スマホ初心者講座～超初心者からのスマホ教室～（全２回）	開 **6/26（木）・27（金）** 13：30～16：00 ---------- 募 5/25（日）～ **6/17（火）必着**	内 乗換案内、地図、Google 等々の便利機能や PayPay 等電子マネーまで学ぶ。 ※お手持ちのスマートフォンを持参。 師 ＮＰＯ法人竹箒（たけぼうき）の会 定 １６人（抽選） ￥ ３００円（初回納入）	**駒込**
「親子で学ぼう食育講座」夏の野菜を学ぼう！折ろう！ 	開 **6/28（土）** 14：00～16：00 ---------- 募 5/25（日）～ **6/10（火）必着** ▲申し込み用二次元コード	内 ★食育ミニ講座 ・夏野菜のすごいパワーの紹介 ★食育折り紙講座 ・夏が旬の野菜を折り紙で折り、オリジナルカレンダーを作る 師 瀧（たき）　真奈美（まなみ） 定 親子５組　最大１５名（抽選） ￥ １人２００円 申 申し込みフォームまたは湯島地域活動センターへ郵送または持参	**湯島**

ふれあいサロン立ち寄りコーナー【駒込地域活動センター】

事前申し込みは不要です。当日直接駒込地域活動センターへお越しください。
対 区内在住・在勤・在学者　**¥** **無料**

講座名・開催日時	内　容　な　ど
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。
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（たけぼうき）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。 ※パソコンに関する質問には対応していません。

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）