

# ふれあいサロン

令和6年

3

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。


### ◆ 3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
「あんしん生活」講座 ～詐欺・悪徳商法の手口と対処法～ -最新の事例など映像を 交え紹介-	<b>開</b> 3/13（水） 13：30～15：00 ----- <b>募</b> 2/25（日）～ 定員になり次第	<b>内</b> 詐欺・悪徳商法の手口と対処法を最新の事例など映像を用いて紹介するとともに、消費生活相談員が解説する。 <b>師</b> 文京区消費生活センター消費生活相談員 <b>定</b> 24人（申込順） <b>¥</b> 無料 <b>申</b> 電話または直接音羽地域活動センターへ	音羽

### ◆ 3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
<b>古い支度講座</b> ～健康な体は健康なお口と栄養から～	<b>開</b> 3/14 (木) 14:00～16:00 ----- <b>募</b> 2/10 (土)～ 3/4 (月) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	<b>内</b> 高齢期の健康な体を育むために必要な 口腔と栄養の知識、いつまでもおいしく 食べられるお口のための体操や食事の 選び方を管理栄養士がお話します。 <b>師</b> <small>はっとり みきこ</small> 服部 美喜子 (管理栄養士) <b>定</b> 15人 (抽選) <b>¥</b> 無料 <b>申</b> 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	湯島

### ◆ 4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
<b>写生講座</b> <b>絵具を持って街に出よう!</b> (全4回) 	<b>開</b> 4/5～26 毎週金曜日 10:00～12:00 ----- <b>募</b> 2/10 (土)～ 3/15 (金) 必着	<b>内</b> 水彩絵具、色鉛筆などで、身近な風景を スケッチしましょう。初回は室内で静物 画、外3回は駒込周辺で写生 (雨天時は 室内で静物画) <b>師</b> <small>よしの ひさこ</small> 吉野 久幸 (文京美術会) <b>定</b> 10人 (抽選) <b>¥</b> 830円 (保険料込、初回納入) ※水彩絵具と筆、又は色鉛筆、スケッチブ ック (4号以下) を持参。 ※日本画指導はありません。	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
<b>初めてのタブレット講座</b> (Android編) ～都内散歩・あじさい狩り編～ (全4回)	<b>開</b> 5/9～30 毎週木曜日 13:30～16:00 ----- <b>募</b> 3/25 (月)～ 4/26 (金) 必着	<b>内</b> 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。 <b>師</b> NPO法人竹箒の会 <b>定</b> 16人 (抽選) <b>¥</b> 600円 (初回納入) ※タブレットは会場に用意。	駒込

# 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	<b>内</b> 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	<b>内</b> はじめてiPadを使う方への基本操作 のアドバイス。 <b>師</b> 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	<b>内</b> 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。 <b>師</b> 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

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)

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！

