

ふれあいサロン

令和7年

12

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 申し込みフォームまたは往復はがき（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（申し込みフォーム・往復はがき以外の場合に記載）保：保育（実施の場合に記載）

◆ 12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
お正月生け花教室 	開 12/26（金） 13：30～16：30 ----- 募 11/10（月）～ 12/8（月）必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 新年を彩るお花を生ける。初心者の方 も大歓迎。古流華道花盛会教授による実 演を交えながら、基本を丁寧に教える。 和の心を感じながら、華やかなひととき をご一緒に。 ※生けたお花は持ち帰り、そのままお正 月に飾れます。 師 さいとう りしゅん（古流華道花盛会） 定 15人（抽選） ¥ 3,500円（当日納入、教材費込）	向 丘





◆ 1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
ペン画教室－ペンで描き 残そう、気になる街・建 物－ (全6回)	開 1/8～2/12 毎週木曜日 14:00～16:00 ----- 募 11/25(火)～ 12/15(月) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 根津の伝統工芸技術に触れる体験を通 して魅力を味わうペン画のワークショ ップ。出来上がった作品は、ふれあい館 まつりで展示する。 師 ^{すぎやま こういち} 杉山 浩一(文京区伝統工芸会会長) 定 16人(抽選) ¥ 1,800円(初回納入、教材費込)	根津
LINE 基礎講座 ～超初級からのLINE～ (全2回)	開 1/15(木)・16(金) 13:30～16:00 ----- 募 12/10(水)～ 1/4(日) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 オンラインで「会話」すること、音声通 話、電子マネー(PayPay)等の便利機能 を楽しく学ぶ。 師 ^{たけぼうき} NPO法人竹箒の会 定 16人(抽選) ¥ 300円(初回納入)	駒込
スマホの基本と防災アプ リ体験 ～基本操作と 「Yahoo! 防災速報」を 学びます～	開 1/16(金) 14:00～16:00 ----- 募 12/10(水)～ 12/28(日) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 基本操作、マップ、カメラ、防災アプリ 体験、災害情報の収集などを学ぶ。 ※こちらで用意したスマホ(Android) を使用します。 師 スマホアドバイザー 定 14人(抽選) ¥ 無料	根津

◆ 1 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
ゆったりストレッチ (全5回)	開 1/19～2/16 毎週月曜日 14:00～15:00 ----- 募 12/10(水)～ 1/6(火) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 室内で身体を動かして心と身体の健康を維持するための体操を学ぶ。 師 松沢 真貴子(公益社団法人日本3B体操協会) 定 10人(抽選) ¥ 600円(初回納入、保険料込)	汐見
資産運用の終活	開 1/22(木) 14:00～16:00 ----- 募 12/10(水)～ 1/10(土) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 資産運用をしている人やこれから始める人に、運用の終わらせ方と次世代への資産の引き継ぎ方をお伝えする。 師 馬養 雅子(ファイナンシャルプランナー) 定 15人(抽選) ¥ 200円(当日納入)	汐見
カーレット教室 ～卓上カーリングをみんなで楽しもう!～ (全4回) 	開 1/22～2/12 毎週木曜日 10:00～12:00 ----- 募 12/10(水)～ 1/8(木) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 卓上でできるカーリング「カーレット」の基本ルールなどを学び、ゲーム形式でのプレイを楽しむ。 師 田邊 陽二(NPO 法人カーレットジャパン協会) 定 12人(抽選) ¥ 200円(初回納入)	音羽

◆ 1 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
スマホの基本とキャッシュレス体験講座 	開 1/30 (金) 14:00~16:00 ----- 募 12/10 (水) ~ 1/16 (金) 必着  ▲申し込み用 二次元コード	内 スマホの基本操作及びキャッシュレス体験を行うとともに、礪川地域活動センター公式 LINE アカウントを紹介しします。 師 ソフトバンク(株)スマホアドバイザー 定 10人(抽選) ※初めて申込する方を優先 ¥ 無料	礪川
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 1/26~2/16 毎週月曜日 14:00~16:00 ----- 募 12/25 (木) ~ 1/14 (水) 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 ^{せみ} 世弥 きくよ(舞台俳優、演技・朗読講師) 定 15人(抽選) ¥ 300円(初回納入)	湯島
スマホ初心者講座～超初心者からのスマホ教室～ (全2回) 	開 1/29 (木)・30 (金) 13:30~16:00 ----- 募 12/25 (木) ~ 1/16 (金) 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。 師 N P O 法人竹 ^{たけぼうき} 箒 の会 定 16人(抽選) ¥ 300円(初回納入) 申 往復はがきまたは持参	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
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 ^{たけぼうき} 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)