

はつらつシニア活躍応援塾講座

「練馬区はつらつシニア活躍応援塾」（令和2年9月～11月実施）の修了生が、
それぞれの趣味特技を生かした講座を開催します。

皆様、興味を持たれたテーマの講座に是非ご参加ください！

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、事業を中止する場合があります。

最新情報は、区ホームページをご覧ください。

講座に参加する場合は、マスクを着用してください。

2月

1日（月）10:30～11:30 『子や孫の絵本を作ろう』 講師：蛭谷 晴美

13:30～14:30 『経営と東洋史観 第1回経営と人生』

講師：杉田 康一

14:30～15:30 『腰痛改善・腰痛予防』 講師：岡部 嘉吉

会場：練馬区役所 東702会議室（練馬駅から徒歩7分）

4日（木）13:30～14:30 『アート水墨画教室』 講師：佐藤 伸樹

会場：練馬区立勤労福祉会館 集会室（大泉学園駅南口から徒歩3分）

25日（木）13:30～14:30 『アート水墨画教室』 講師：佐藤 伸樹

会場：練馬区立勤労福祉会館 集会室（大泉学園駅南口から徒歩3分）

🍀 受講料：無料（1回のみ受講可。どなたでも受講いただけます）

🍀 参加方法：当日、開始時間までに直接会場までお越しください（参加予約不要）
受講者多数の場合は、先着順とさせていただきます。

🍀 お問い合わせ先：はつらつシニア活躍応援塾事務局（株式会社ジェイレック）
フリーダイヤル：0120-198-606（平日9時～17時）

はつらつシニア活躍応援塾講座

「練馬区はつらつシニア活躍応援塾」（令和2年9月～11月実施）の修了生が、
それぞれの趣味特技を生かした講座を開催します。

皆様、興味を持たれたテーマの講座に是非ご参加ください！

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、事業を中止する場合があります。

最新情報は、区ホームページをご覧ください。

講座に参加する場合は、マスクを着用してください。

3月

3日（水） 9:30～10:30 『簡単刺し子、刺しゅうでマイ無地タオル・手ぬぐいをきれいに楽しく』

講師：会田 郁子

10:30～11:30 『英検教室』

講師：清水 馨

会場：はつらつセンター光が丘 講習室（光が丘駅A2・A3出口）

9日（火） 13:30～14:30 『アート水墨画教室』 講師：佐藤 伸樹

会場：はつらつセンター関 相談室（武蔵関駅南口から徒歩5分）

17日（水） 10:30～11:30 『悪徳業者のダマシのテクニックと対策について』

講師：河邊 啓一

会場：はつらつセンター光が丘 講習室（光が丘駅A2・A3出口）

26日（金） 13:30～14:30 『腰痛改善・腰痛予防』 講師：岡部 嘉吉

14:30～15:30 『脳疾患の退院後、家族に出来る事～介護度5、重度失語症からの回復～』

講師：坂本（古井）千鶴子

会場：はつらつセンター豊玉 生涯学習室2（練馬駅から徒歩10分）

🍀 受講料：無料（1回のみ受講可。どなたでも受講いただけます）

🍀 参加方法：当日、開始時間までに直接会場までお越しください（参加予約不要）
受講者多数の場合は、先着順とさせていただきます。

🍀 お問い合わせ先：はつらつシニア活躍応援塾事務局（株式会社ジェイレック）
フリーダイヤル：0120-198-606（平日9時～17時）