

きずな

〒112-0006 東京都文京区小日向2丁目16番地15号

TEL: 03-5940-2901 FAX: 03-5940-2902

メール: edogawabashi@team-lien.com ホームページ: http://care-net.biz/13/lien/

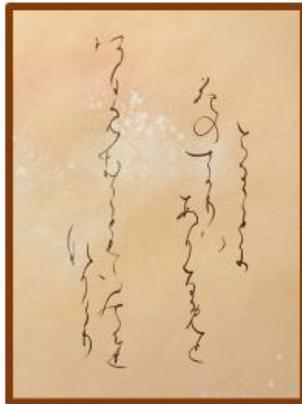


大人の書道教室

『大人の書道教室』のご案内

*本講座はかな書道を学びます。
未経験の方にもわかりやすく
丁寧に教えします!!

- 講座内容
- 筆の持ち方
 - いろはにほへの練習
 - 連綿の書き方
 - 古典を学ぶ
 - 好きな短歌・俳句を書いてみよう



※写真は講師作品です

9月から始まる新しい講座、福祉センターでは初めての「書道教室」です！
今回は美しく流れるような字を、主に小筆を使って書く「かな書道」を学びます。筆の持ち方から、連綿の書き方、古典を学ぶ・・・講師の先生が未経験の方にもわかりやすく丁寧に教えてくれます。

※文京区に在住・在勤・在学の18歳以上の方が対象となります。
※定員10名、費用は毎回1500円

かな書道では美しく流れるような字を主に小筆を使って書きます

※希望者は実用(年賀状挨拶など)も学べます
※センター餐への出品も可能です

場所 文京福祉センター江戸川橋
地域活動室BまたはC

定員 10名(抽選)

対象 文京区に在住・在勤・在学の18歳以上の方

費用 1500円(材料費込み)
かねこ せいこ

講師 金子聖子先生(日展作家)

●毎週金曜(全6回)
13:30~15:30

9/8	9/15	9/22
9/29	10/6	10/13

初めての方も
お気軽にどうぞ!



選べる2つのコース~「夜のボイトレ」

あなたの悩みをみんなで一緒に向き合えるグループレッスン

夜のボイトレ LITEコース
はじめませんか?

お悩み解決! はじめての方にも
自分の声は好きじゃない...

夜のボイトレ VALUEコース
確実に力をつけ、より丁寧に受講したい方へ

個別指導 時間の確保
講師2名体制

ワンポイントアドバイス
歌唱指導

9/11 10/16 11/13
9/25 10/30 11/27

1人1人にカルテを作成

9月~12月(全6回)
19:30~20:30

対象:区内在住の方なら誰でも
定員:10人(抽選)申込可決日:9/11

参加料:2500円/1回

申込方法:直接窓口または電話

TEL: 03-5940-2901

「夜のボイトレ」の第2シーズン
希望に合わせた2コースの開催

①LITEコース(1500円/1回)

18時から19時の1時間

- ◆自分の声は好きじゃない・・・
- ◆声が出ない、のどが痛くなる・・・
- ◆歌は好きなのにストレス・・・

あなたの悩みをみんなで一緒に向き合える

②VALUEコース(2500円/1回)

19時半から20時半の1時間

- ◆講師2名体制で、個別指導時間の確保
- ◆歌唱指導のワンポイントアドバイス
- ◆1人1人にカルテを作成

確実に力をつけ、より丁寧に受講したい方へ
9月11日からの第2・第4月曜日
3カ月間(全6回)の短期集中講座

「これからも自分らしく生きるために終活講座」のご案内

終活講座
自分らしく生きるために

毎週水曜日、全6回集中講座
費用1000円(毎回)
定員15名(抽選)

「終活」って聞けど何をしたらいいのかわからない...そんなあなたをプロがナビゲート~ 6回の講座を通して、「エンディングノート」の記入~完成を目指す短期集中講座です!
文京区にお住いの60歳以上の方が対象、初回は9/6からになります

【実施要項】
対象:区内在住の60歳以上の女性
定員:15名(抽選)
参加料:1000円/1回
申込方法:直接窓口または電話
TEL: 03-5940-2901

【講師紹介】
NPO法人らしき
中野 真千代 氏
「エンディングノート」アドバイザーとして
10年以上の経験があり、本人から受ける
お悩みを聞き取り、丁寧な指導を行います。

【日程】
毎週水曜日 全6回集中講座
14:00~15:30
9/6 9/13 9/20 9/27 10/4 10/11

文京区の隠れたスポット⑤3

「スイドウカフェ(suido cafe)」

“器など様々な作品を楽しむギャラリーと作家ものの器で絶品和風ランチも楽しめるカフェ”
紹介制・予約制でハードルが高い名店、お寿司屋の「酢飯屋」だが、屋は業態を変えて「スイドウカフェ」としてカフェ営業しています~ 古民家を改装したカフェで、店内に入ると、器など様々な素敵な作品を楽しむギャラリーがお出迎え...スタッフさんにカフェ利用を伝えて着席すると、食材にこだわった美味しい食事を落ち着いた雰囲気の中でゆっくりといただけます。

【施設情報】
住所:水道2-6-8
電話:03-3943-9004
アクセス:江戸川橋駅から徒歩5分
営業時間:11:30~18:30
定休日:月・火・水、他不定休



【2023年8月の営業日】
毎週(木)・(金)・(土)・(日)
休(水)・(火)・(日)・(日)・(日)・(日)
※Lunch Time 11:30~18:30まで
※Lunch Menu

