

NACKスポーツクラブと一緒に スポーツ吹き矢をやってみよう

年齢の垣根がなく、小さいお子さまからご年配の方まで、一緒に楽しめるスポーツが「スポーツ吹き矢」です。さらに、吹く動作がお身体にとっても良いんです。まずは始めてみましょう！

【日時】3月16日（土）10:00～12:00

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】小学生以上

【定員】20名

【料金】300円（保険料含む）

【講師】NACK クラブスタッフ



NTTドコモの 「高齢者の携帯電話の使い方教室」

NTTドコモより貸出しされる携帯電話を使って、基本的な操作から難しい操作まで学びます。ドコモ以外の機種をお使いの方でもご参加いただけます。

【日時】3月27日（水）・28日（木）
10:00～12:00 全2回

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】おおむね60歳以上

【定員】20名

【料金】無料

【講師】NTTドコモ派遣講師



はじめての中国語 ～初級編～

中国吉林省出身の講師に、丁寧に分かりやすく指導していただきます。初心者向けの教材を使用して、文法・会話の基礎を学びましょう。



【日時】4月1日～6月24日
(4/8・29、5/6、6/10除く)
毎（月）全9回 19:00～20:30

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】5,600円（教材費含む）

【講師】金 京花（中国吉林省出身）

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解しましょう。特別難しいことをしていただくのではなく、認知症の方とその家族の方に地域でサポートできることは何かを知っていただきます。

【日時】3月30日（土）10:00～12:00

【場所】中央本町センター2階
第1学習室



【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】無料

【講師】地域包括支援センター中央本町職員

行政書士・宅建試験対策講座

企業・大学で指導合格実績のある講師が、解答テクニックを惜しみなく分かりやすく教えてくれます。

【日時】4月13日～7月13日（5/4除く）

毎（土）全13回

行政書士 13:00～14:30



宅 建 14:40～16:10

無料ガイダンス：4月6日（土） 13:00～14:30

【場所】中央本町センター2階 工作室

【対象】16歳以上 【定員】各16名

【料金】28,000円（教材費13,000円含む）

【講師】藤田 和幸（国家資格研修センター所長）

はじめての韓国語 ～初級編～

中国吉林省出身で幼少期から韓国語で育った講師が、ハングル文字・文法から丁寧に分かりやすく指導いたします。

【日時】4月6日～6月15日（5/4除く）

毎（土）10回 10:30～12:00

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】6,000円+1,700円（お持ちの方は不要です。教材はセンターまでお問い合わせください）

【講師】金 京花（中国吉林省出身）



俳優陣O2K（オーツーケー）公演・朗読 「3・11～石巻市の11日間～」

【日時】3月10日（日）17:00～18:30

【場所】中央本町センター2階 レクホール

【対象】中学生以上

【定員】50名

【料金】無料

【講師】俳優陣O2K劇団員

東日本大震災被災者の方の実体験を綴った日記を朗読します。写真のスライドとあわせて被災地の現実も公開します。



五反野駅前通り銀座会連携

「こども仮装大会と十一中学校マーチングバンドとパレード」

【日時】3月31日（日）12:00～14:00

【対象】4歳～小学生
(小学2年生以下は保護者同伴)

【定員】50名

【料金】無料

【連携】五反野駅前通り銀座会

【協力】足立区立第十一中学校吹奏楽部

春または桜をイメージした仮装で、十一中学校マーチングバンドと五反野駅前通りをパレード。その後に商店街のスタンプラリーに参加して、最後は中央本町センターで仮装コンテストを行います。

※詳しい内容は中央本町地域学習センターにお問い合わせください。

（雨天の場合、パレードは中止です。）

講 座 報 告

★朗読でつなぐ健康の輪 「詩と絵本」

1月10日（木）に長寿健康増進事業の第一弾として開催致しました。詩を声を揃えて朗読したり、絵本をページ毎に分担して一人ずつ朗読したり、みなさん大きな声で積極的に参加して下さいました。講座終了後には「耳が遠いことが心配だったが、

楽しかった。他の講座にもまた来たい。」「読書は好きだが普段は声に出して読む事はないので、今日は新鮮で楽しかった。」「仲間ができて良かった。」などの声があがりました。みなさま、今回持ち帰っていただいた詩集と絵本を、ご自宅でもぜひ朗読してみて下さいね！

★長寿健康増進事業とは…

趣味・生きがい・仲間づくりで イキイキ健康になります！

センターでは無条件に楽しいひと時を過ごしていただける講座をご用意しております。

参加費は無料です。対象者は、区内在住で75歳以上の後期高齢者医療制度加入者の方です。



第二弾は、シニア歌声喫茶「みんなで楽しむ童謡」です！伴奏にのせて、童謡を思いきり歌いましょう。お茶を飲みながら、当時の思い出を語り合ながら。

3月7日（木）13:00～15:00にて開催いたします。（1/28より受付）