

台東学びのひろば

第3期は11月20日(月)から募集開始!

『台東学びのひろば』は、学習の特徴や目的別に「生涯学習スタート講座」「我がまち先生講座」「学びの仲間体験講座」「現代課題講座」「デジタルスキル講座」の5つのカテゴリーに分けて実施しています。この5つのカテゴリーの中から、今号では第3期開講の「生涯学習スタート講座」5講座をピックアップし、その内容などをご紹介します。趣味、教養、運動、台東区の特性など、気軽に参加でき、生涯学習をはじめめるきっかけになるテーマの講座を揃えています。皆さま奮ってご参加ください。

質の良い睡眠でからだもこころも健康に! 専門医が教える睡眠学

忙しい日々の生活の中、より質の良い睡眠をとるために睡眠のセルフマネジメントを行うための知識とスキルをご紹介します、自分自身の睡眠の質の向上や健康増進に役立てることができる講座です。

【日時】令和6年1月30日～2月13日(火)
午前10時～正午 全3回

【対象】16歳以上の方

【定員】20名

【教材費】100円

【会場・問合せ】千束社会教育館 03-3874-5450



正しい姿勢で歩こう!

～今から始めるポールウォーキング～

2本のポールを使い、歩行安定や姿勢改善を図るポールウォーキングについて、ポールの長さ調整から公園での実地練習など、初心者向けの内容を実践しながら身体状況に合った運動効果が実感できる講座です。

【日時】令和6年2月20日～3月12日(火)
午後2時～4時 全4回

【対象】16歳以上の方

【定員】15名

【教材費】1,500円

【会場・問合せ】根岸社会教育館 03-3876-2103



日本との違いから見る フランスの生活文化と歴史

(ワンポイント フランス語レッスン付き)

来年のオリンピックはパリ開催。これを契機に、本講座では、日本との違いを軸に、フランスの宗教や歴史、住まい方、食文化、フランス人の特性などを学び、フランスを再認識することができる講座です。

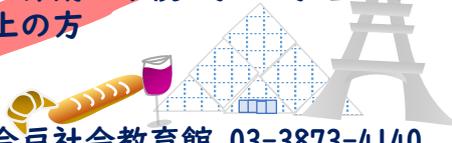
【日時】令和6年1月29日～2月26日(月)
※2/12は休講 午後2時～4時 全4回

【対象】16歳以上の方

【定員】20名

【教材費】200円

【会場・問合せ】今戸社会教育館 03-3873-4140



色とりどりの紙でペーパークラフト!

～切って貼ってお花を作ろう～

モノづくりの街、台東区にゆかりのある区民の皆さまに紙を使ってモノづくりをする楽しさを知る機会をご提供する本講座は、花をテーマとしたペーパークラフトの基本技法を学ぶことができます。

【日時】令和6年1月19日～2月9日(金)
午後2時～4時 全4回

【対象/定員/教材費】16歳以上の方/20名/3,400円

【会場】環境ふれあい館ひまわり

【問合せ】社会教育センター 03-3842-5352

※会場と問合せ先が異なりますのでご注意ください。



※その他の講座内容、詳細、お申込み方法などは、施設ホームページ (<https://www.taito-shakyo.com/>)、または11月20日発行の「広報たいとう」にてご確認ください。

あさがお通信

各地域のスタッフが毎月思い思いの施設の話題をお届けします。

千束社会教育館の外階段で
あさがおが咲きました～！



あさがおと言えば夏のイメージがありませんか？昨年子どもが小学1年生の時、夏休みの宿題でも「あさがおの観察」が出ました。しかし調べてみると秋も開花シーズンようです。千束社会教育館のあさがおは、9月の末に咲き始め、涼しくなった10月下旬にたくさん花を咲かせています。



江戸の昔から、御徒町や入谷地域で多く栽培されてきたあさがお。皆さん御存知の通り、台東区の区の花ですね。色も模様も多様で、心を和ませてくれます。ぜひ来年は皆さんのご自宅でもあさがおを育ててみませんか？



社教トピックス

～ご利用者のみなさまへお知らせ～

個室型ベビーケアルーム

が設置されました【社会教育センター】

社会教育センターの玄関を入った右側に、授乳やおむつ替えにご利用いただける、個室型ベビーケアルームが設置されました。

施設利用の際にも、外出時の立ち寄りにも、乳幼児を連れてのお出かけでも安心です。お子様の保護者の方であれば誰でもご利用いただけます。お気軽にスタッフにお声掛けください。

※衛生上の観点から、お湯などの提供はいたしかねますのでご了承ください。



指定管理者 自主事業

11/5～受講者募集開始

お正月を飾ろう！手作り苔玉教室

実施日：12月2日（土）午前10時～正午

会場：千束社会教育館・会議室

対象：16歳以上の方 定員：20名 参加費：3,300円

《Zoomを使ったオンライン講座》

アイヌ文化に親しもう！

～意外と身近なアイヌ語とアイヌの今とこれから～

実施日：12月21日（木）午後6時30分～8時30分

会場：なし（Zoomを使ってオンラインで開催します）

対象：16歳以上の方 定員：50名 参加費：無料

上記事業の内容、お申込み方法などの詳細は、各施設に貼られるポスター、広報たいとう11月5日号、または施設ホームページ（11/5～掲載）にてご確認ください。



サークル広場

社会教育センター・社会教育館で活動のサークルを毎月ご紹介します

碁千会

囲碁は、頭の体操と認知症防止及び世界共通の言葉として老若男女に親しまれています。初心者の方にはルールをお教えします。ぜひ老後の楽しみとして1つ加えてください！お待ちしております。

【活動日】毎週金曜日 午後1時～5時の間

【場所】千束社会教育館

【会費】入会費1,000円／会費1,000円（2か月に1回）

【持ち物】特になし

【問合せ】千束社会教育館 03-3874-5450

「健康・長生き・ボケ防止」をモットーに活動しています。初心者さんでもOK！見学や体験も可能です。気軽にお越しください♪



ちなみに子どもは学校で貸与されたタブレットであさがおの写真を撮り、課題を提出していました。生活科ではグループごとに、劇・手書きのポスター・PowerPointなど、多様な形態で発表していて驚きました！