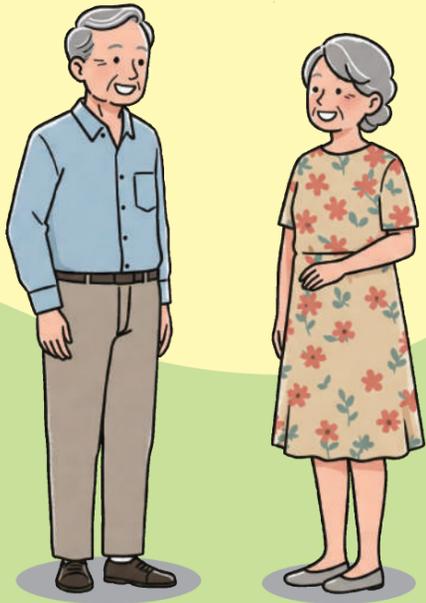


# あなたの「好き」を活かして、 地域イキイキ!

はつらつ豊玉で

“教える・伝える・仲間づくり”を  
してみませんか?



自分の知識を  
伝える活動が  
したい

趣味を  
生かしたい

家以外の  
居場所作りを  
したい

生きがい  
を見つめたい



講座卒業生は  
はつらつ豊玉で  
講座開催も  
可能です!

対象：60歳以上で練馬区にお住まいの方  
全日程参加可能な方・  
地域活動フォローアップ事業初参加の方優先

会場：練馬区立はつらつセンター豊玉  
(練馬区豊玉中3-3-12)

日程：全10回(月2回・全日程火曜日) 10:00～12:00

9/9 9/16 10/14 10/21 11/11

11/18 12/9 12/16 1/13 1/20

定員：20名程度

参加費：無料

## 説明体験会

5/27(火)・6/17(火)

10:00～11:30

※両日とも内容は同じです

会場：はつらつセンター豊玉

**要予約**

体験会に参加しなくても講座の申込は  
可能ですが、内容が気になる方は  
ぜひご参加下さい。



こねくとういず副代表  
くぼ あやの

こねくとういず副代表。  
褒め上手、怒り上手、聴き上手など  
の講演会が人気で、100名が満員に  
なる講座を毎年作っている。  
少人数お話会のファシリテーターや  
個別相談、先生・講師のためのスキ  
ルアップ講座など毎年100回近い講  
座の講師を務めている。



Instagram



こねくとういず  
～練馬から日本のママを元気に～

令和元年発足、活動7年目の地域団体。  
参加者数のべ4100名突破!"悩みを軽く  
するコミュニケーションスキルをママに届  
けよう!"と地元練馬でスタートし、最近  
では、パパや男性向け、多世代交流など  
活動の場が広がっている。特につながる  
カレッジねりまでは、毎年共通講座を担  
当し、幅広い世代が参加。  
練馬区だけでなく、西東京市や墨田区な  
ど区外からのご依頼も増えている。

### 申込・問い合わせ

お電話  
または事務所にて受付

練馬区立はつらつセンター豊玉  
☎ 03-5912-6401