

地域の輪をつなぐ

あさ北きずなサロン

地域の方、どなたでもご利用いただける「皆さんの居場所」です
皆さんの憩いの場 交流の場 学びと健康の場として
気軽に利用していただけるサロンです

場 所 : コミュニティふらっと東原 第2・第3集会室

開催日 : 5月 3日(第1水)・17日(第3水)
6月 7日(第1水)・21日(第3水)

時 間 : 13:00~14:30 暮らしの情報コーナー
14:30~16:00 パソコン、編み物、折り紙コーナー

定 員 : 各回20名

費 用 : 運営協力費として100円お願いいたします

毎月
第1・第3水曜日に
開催していますが、
暫くの間2回に分け
て開催いたします



《暮らしの情報コーナー》

暮らしに役立つ情報を毎回講師をお招きして勉強しています

《詳しくは裏面をご覧ください》

《パソコンコーナー》

パソコン、スマホ、タブレットの
操作を皆で勉強しましょう

《ハンズコーナー》

◆編み物グループ

おしゃべりしながら楽しく
オリジナルニットを作りましょう

◆折り紙グループ

季節の折り紙を楽しんでいます



折り紙グループ
大木恵美子さんの作品



折り紙グループ
竹前邦子さん、湊 美恵子さん
桐谷美智子さんの作品

《爪と足の健康相談コーナー》

5月 17日(第3水曜日) 爪や足のお悩みをお受けします

河北総合病院 糖尿病認定看護師 野崎 房代さん



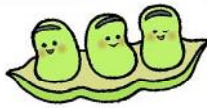
お問合せ

あさ北きずなサロン TEL03-3393-1001(菊地)

杉並区社会福祉協議会 TEL03-5347-1017



きずなサロンは歳末
たすけあい運動募金
の分配を受けて実施
しています



《暮らしの情報コーナーのご案内》

毎回13:10ごろから始めます

5月 3日(第1水曜日) 井草の歴史を楽しむ記憶の旅

～地元に通じた案内人が井草の歴史や文化をお伝えします～

講師 上井草二丁目在住 四宮親交会 会長 井口 茂さん

5月17日(第3水曜日) ケア24阿佐谷 地域づくりセミナー

～シニア期の健康づくりについて～

講師 ケア24阿佐谷 社会福祉士 市野 瀬 聡子さん

6月7日(第1水曜日) いきいき過ごすためのメンタルヘルス

～心も身体も元気になる話～

講師 杉並保健所 保健サービス課(荻窪保健センター)

保健師 保坂 宣孝さん、大久保 詠子さん、松井 咲良さん

6月21日(第3水曜日) 江戸東京野菜の物語・・・都市化で消えた野菜と
江戸から続く文化を甦らせるために大奔走！

～江戸東京野菜の魅力をお伝えします～

講師 NPO 法人 江戸東京野菜コンシェルジュ協会

代表 大竹 道 茂さん

《コミュニティふらっと東原へのアクセス》

JR荻窪駅北口より

JR阿佐ヶ谷駅北口より

西武新宿線下井草駅より

《地図》

中村橋駅行バス

石神井公園駅行バス

中村橋駅行バス

阿佐ヶ谷駅行バス

阿佐谷北6丁目下車

阿佐ヶ谷営業所下車

阿佐谷北6丁目下車

阿佐ヶ谷営業所下車



◆コミュニティふらっと東原

下井草1-23-23

TEL 03-3397-7225

ボランティア募集中

私たちの考えに賛同して
運営、企画、折り紙や手芸、
パソコンやスマホの指導、その他

趣味特技を活かし一緒に
活動をして下さる方・・・

ご連絡お待ちしております

NPO 法人 ゆるゆる ma~ma 自主事業

運営 グループ ハート to Heart 「あさ北きずなサロン」(ホームページはこちらから)

協力団体 河北総合病院/ケア24阿佐谷

NPO法人わがまちいちばんの会

