



## 講座・教室



**65歳からの健康づくり講座  
筋骨元氣塾・男性編(無料)**

日時 2月2日(月)午後1時～4時  
会場 区役所北庁舎1階101会議室  
対象 区内在住・在勤のおおむね

65～75歳の男性で、医師から運動を制限されていない、本講座未受講の方、30人(申し込み順)持ち物 浴用タオル、水分補給用飲料、筆記用具  
\*動きやすい服装でお越し下さい  
申し込み・問合せ 高齢者福祉課  
☎内線2666

**荒川区分譲マンション  
セミナー(無料)**

日時 2月14日(土)午後1時30分～4時55分  
会場 区役所3階304・305会議室

対象 区内の分譲マンション管理組合役員・区分所有者等、80人\*申し込み順

内容 ▽第一部：大規模修繕工事の取り組み方と具体的事例  
▽第二部：荒川区マンション管理組合交流会  
講師 一般社団法人首都圏マンション管理士会城北支部支部長・長尾英俊氏 他  
申し込み・問合せ 防災街づくり推進課(区役所北庁舎2階)  
☎内線2838

**みんなで人権を考える講座  
見えない世界の子どもを守る「ネットトラブ  
ルの現状とその対応**

日時・内容 ▽2月17日(火)午後1時～3時

前10時～正午：小学生の保護者向け  
▽2月21日(土)午後1時～3時：中学生の保護者向け  
会場 生涯学習センター大会議室  
対象 区内在住・在勤の方、各回50人(申し込み順)  
申し込み・問合せ 生涯学習課  
☎内線3355

**コミュニティ通訳ボランティア養成講座・実践編**

日時 1月31日(土)午前9時～正午  
会場 区役所3階304・305会議室

対象 ▽区内在住・在勤で、外国語を日常会話以上話せる方  
▽外国出身で日本語能力試験1級または同等の資格を有する方  
定員 40人  
費用 2千円(賛助会員は無料)  
申し込み方法 電話、ファクスまたは電子メールで氏名(ふりがな)・住所・電話番号・通訳出来る言語を1月29日(木)までお知らせ下さい  
申し込み・問合せ 〒116-8501荒川区荒川2-2-3荒川区国際交流協会事務局(文化交流推進課内)  
☎(3802)3798  
FAX(3802)4769  
電子メールアドレス bunka@city.arakawa.tokyo.jp

**高齢期の食生活講座  
認知症の予防と食生活**

日時 1月30日(金)午前10時～11時30分  
会場 区役所3階305会議室  
対象 区内在住・在勤のおおむね65歳以上の方、50人(申し込み順)  
費用 無料  
申し込み・問合せ 高齢者福祉課  
☎内線2666

**障がい者地域自立生活支援セミナー  
障がいのある方の生きがいとスポーツ(無料)**

日時 2月17日(火)午後2時～4時  
会場 あらかわエコセンター  
対象 障がいのある方、15人(申し込み順)  
☎・FAX(3807)8483

**あらかわ遊園スポーツハウス  
骨盤体操&ピラティス**

日時 2月22日(日)午後2時～3時10分  
対象 中学生以下を除く方、40人  
☎(3800)7333  
FAX(3800)7331

**荒川老人福祉センター  
の講座**

●初めてのタブレット講座(無料)  
期日 2月5日～26日の木曜日  
時間 ▽午前クラス：午前10時～11時30分  
▽午後クラス：午後1時～2時30分  
\*各クラス共、内容は同じ  
対象 区内在住で60歳以上のタブレット初心者、各クラス15人(抽選)  
\*タブレットは用意します  
●季節の折り紙講習会  
伝統的な折り紙で、おひな様を作ります。  
日時 2月6日(金)午前10時～11時30分  
対象 区内在住で60歳以上の方、

## 街なか商店塾

同時開催  
**春祭り  
特集講座**



▲前回の様子(香りの石けん作り)

商店主等が、自店を会場にして、商品の由来や製造方法を説明する他、健康・美容・食育等のテーマで商品を紹介する、ミニ講座を開催します。  
一般向け講座の他、バレンタインデーやひな祭り等、早春の行事にちなんだ「春祭り特集講座」があります。春を感じるフラワーアレンジメントの講座や、バレンタイン・卒業プレゼントに役立つラッピング講座、親子で楽しめるケーキ作り講座等があります。  
期間 2月7日(土)～3月8日(日)  
費用 無料  
\*材料費が掛かる講座もあります  
\*各講座の開催日時・内容等の詳細は、1月30日(金)に掲載する荒川区ホームページ(アドレスは1面下欄参照)または、1月31日(土)に新聞折り込みで配布する冊子をご覧ください  
問い合わせ 産業振興課  
☎内線468

## 27年度 通年制大人 スポーツ教室

期間 4月～28年3月  
教室名・対象等 下表のとおり  
申し込み方法 申込み日時に、区内在住・在勤・在学を証明出来るもの(コピー可)と、1カ月分の費用を添えて、1階コミュニティホールで  
\*ヨガ教室の託児(2歳～未就学児)は、定員10人  
\*各教室・託児の定員を超えた場合は、抽選会を行います  
\*詳細は、お問い合わせ下さい  
会場・申込み・問合せ 荒川総合スポーツセンター  
☎(3802)3901  
FAX(3802)4400

## 「MOZU」原作者 逢坂剛氏講演会

偉大なる大先輩・吉村昭～日暮里の思い出

区は、29年春の開業を目指して(仮称)荒川二丁目複合施設・吉村昭記念文学館の整備を進めています。

開館に先立ち、開成中学・高校出身で、吉村氏の後輩にあたる逢坂剛氏(1986年「カデイスの赤い星」で第96回直木賞受賞。ドラマ化された百舌シリーズの原作者)が、吉村昭氏への思い出と、学生時代に過ごした日暮里についてお話しします。

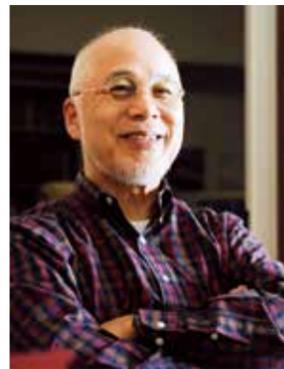
日時 3月7日(土)午後2時30分～4時

会場 サンパール荒川小ホール

定員 200人(抽選)

費用 無料

申し込み方法 往復はがきに「逢坂剛氏講演会」と明記し、参加希望人数



▲逢坂剛氏(撮影・林溪泉氏)

区役所(返信面に住所・氏名も)を明記し郵送で、2月13日必着  
申し込み・問合せ 〒116-8501荒川区荒川2-2-3荒川区役所複合施設準備室  
☎内線2256

申し込み方法 ファクス、往復はがきまたは電子メールで、講座名(タブレット講座は希望するクラス)と住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・ファクス番号(返信面に住所・氏名も)を明記し、1月27日(火)必着  
一枚で1人申し込みます  
会場・申込み・問合せ 〒116-0002荒川区荒川1-34-6荒川老人福祉センター  
☎(3802)1666  
FAX(3802)1683  
電子メールアドレス starts-from6@arakawa-shaky.or.jp

### 大人スポーツ教室一覧

教室名	曜日	時間	対象	定員	費用(1カ月)	申込み日時
卓球(初級)	月	午前10時～11時30分	中学生以下を除く方	各25人	2600円	2月23日(月)午前11時30分～正午 2月26日(木)午前11時30分～正午
卓球(中・上級)	木					2月24日(火)正午～午後0時30分
バドミントン(レディース)	火	午前10時～正午	中学生以下を除く女性	30人	2480円	2月25日(水)午後6時30分～7時 2月27日(金)午後3時～3時30分
ヨガ教室	水	午後5時30分～6時30分	中学生以下を除く方	各20人		2月28日(土)午前11時～11時30分
ヨガ教室(託児つき)	土	午前10時～11時				