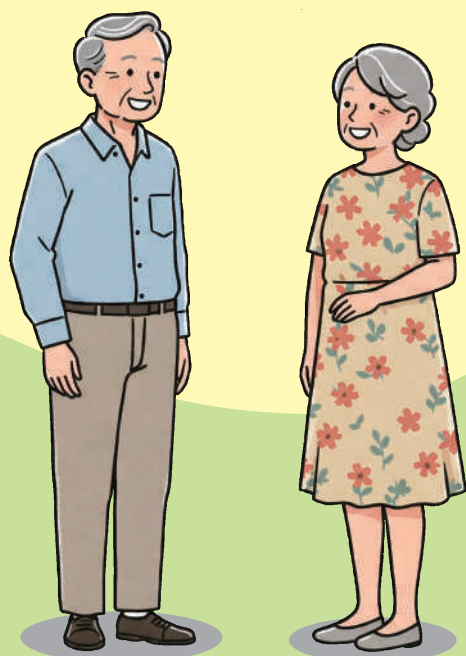


あなたの「好き」を活かして、 地域イキイキ！

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
見つけたい

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