

仲間と楽しくいきいきチャレンジ!
しながわシニアネット

since 2007

<http://shinagawa-sn.jp>



会の目的

しながわシニアネットは、シニアがいきいきと自立して地域社会へ参画するために必要な情報と、交流や活動の場を提供し、あわせて情報活用能力向上など、次の諸活動を支援します。

- ① 自立と地域社会参加に必要な情報の提供
- ② 情報通信技術（IT）を活用した学習と交流の場の提供
- ③ 心と身体の健康を維持し増進するための情報や機会の提供

【活動の方針】

実現するにあたっては、「いろいろなことにチャレンジする気持ち」を基本に、「自分のやりたいこと、できること」を「みんなで、気軽に楽しく実行すること」を活動方針としています。

品川区からの受託事業

活動拠点の「いきいきラボ関ヶ原」の施設運営・管理、パソコン教室（はじめてコース、なれようコース）、パソコン相談、いきいき脳の健康教室、シニアITリーダー講習会、シニア情報生活アドバイザー養成講座を品川区から受託し、地域に貢献しています。



パソコン相談/無料

パソコンで困った// 時にご利用ください。
対象は 55 歳以上の品川区民、無料です。
平日午後に電話でご相談ください。
電話番号 03-6902-0025

自主事業

健康維持・増進はシニア世代の最大の関心事です。専門講師によるストレッチ、健康ヨガ、スロー筋トレの3講座が毎週 2 コースずつ開催されています。又、パソコンによる年賀状作成講座など会員の要望により各種講座が開催されます。



喫茶コーナー（カフェ ラ・ラ・ラ）

講座やサークル活動の後、コーヒーやおしるこ、クリームあんみつ等々で潤いたのどを潤しながらの楽しい談笑のひと時。カフェ・ラララは会員のオアシスとして、なくてはならない憩いの場です。



品川区民会館
Café de Seniors
la・la・la

サークル活動

会員の中で同じ趣味を持つ仲間が集まって楽しく活動する場がサークルです。やりたいことがあれば“この指とまれ”で3人以上の仲間（正会員）が集まり、運営委員会の承認を経てスタートです。活動はすべて自主運営です。

現在、パソコン系で、7サークルが活動中です。

画像処理	シェーブアート
ポスター	ゆうゆう
長月会	つくも会
なでしこ会	



運動・文化系サークルとして、卓球サークル（卓球愛好会）、デジカメサークル（デ写歩）、ビーズサークル、折り紙サークル、ちぎり絵サークルが活動中です。



会のしくみ

しながわシニアネットの活動は

- 趣味を楽しむ・・・サークル活動
- 地域や団体に貢献する・・・事業活動

しながわシニアネットの活動は、サークル活動と事業活動で構成されています。これらの活動はすべてを会員が協力して行っています。活動はサークル、行事、講座、勉強会、例会、検討会などの形で行われます。

あなたにチャレンジする気持ちがあれば、どの活動にも参加することができます。新しい企画提案などは会員の互選による運営委員で構成される運営委員会の承認を得て実践されます。

しながわシニアネットの基本は、全員参加の総会で決められます。総会は原則年1回ですが、必要に応じて臨時総会を開催します。

当会では、誰が主役で、誰が脇役、ということはありません。あなたが主役、誰もが主役です。あなたと新しい仲間が活動がしながわシニアネットを支えているのです。

【年会費】

正会員（個人）	2,400円
賛助会員（個人）	2,400円
賛助会員（法人）	10,000円

会員登録時に年会費をご持参ください。

入会案内

【入会の条件】

品川区に在住の55歳以上の方で、当会の趣旨に賛同し活動できる方

【申し込み方法】

いきいきラボ関ヶ原受付でお申込みください。
電話、FAX、Eメールでもお申込みをすることができます。お申込み後に、当会の運営委員が日時を決めて面談し会員登録いたします。



場所は関ヶ原シルバーセンターの2階です。

〒140-0011

品川区東大井 6-11-11

いきいきラボ関ヶ原

(開館時間：月～金 9時～17時)

電話番号 03-6902-0025

FAX 番号 03-3764-0069

アイエヌエフゼロ

Eメール info@shinagawa-sn.jp

