

## 令和7年度 区民企画講座 決定

令和7年度の区民企画講座は、下記8企画で決定しました。

講座の詳細は、各講座の募集が始まり次第、ねりま区報「情報あらかると」欄や、えーるのHPに掲載するほか、図書館などの区立施設にチラシが配架されますのでそちらをご確認ください。

講座タイトル ※講座タイトルは、実際の募集時には変更される場合があります	企画団体名 ※アイウエオ順
親子で学ぶ 男のからだ・女のからだ	旭出学園でまえ教室
女性のための即興アート体験 ～音楽と造形によるセルフケア～	子どものための 音楽療法サークル「音の輪」
セカンドライフに向けた ① 生前整理 ② 健康講座	これからっとラボ in 練馬
更年期は怖がらなくていい！ すぐに実践できるコツを知って更年期を心地よく 迎えよう！！	collet (コレット)
広がれ私の可能性！ 魅力を活かしてライフキャリアを考える	自分らしいアクティブライフ を考える会
こころのケア講座 ①DV・モラハラの加害者とは？ ②DV・トラウマの理解と立ち直りのヒント	WSY (Women 's Support & Yell)
これからを生きるための 断捨離 ⑧ 式エンディングノートセミナー	東京練馬断捨離会
～その不調、もしかして更年期かも?!～ パートナーが知っておきたい！男性更年期	ハッピーメノポーズ