

パソコンとウォーキングで脳トレ!

杉並区社会福祉協議会 助成事業

脳活性化パソコン教室

グループで楽しく
健康づくり

- ★パソコン初心者大歓迎! 始めるチャンスです
- ★ご自分のパソコン使用OK!

パソコン操作とウォーキングの基礎知識や脳活性化効果を学びながら、グループで“地域の史跡巡り”を企画し、ミニコミ誌を作成します。



- 対象者：概ね60歳以上の杉並区在住の方
- 会場：「立野建設小ホール」JR高円寺駅南口より300m
杉並区高円寺南2-42-8
- 日時：11/20(木)、27(木)、12/4(木)、11(木)、18(木)の計5回
午前10:00~12:00
- 受講料：5回分合計5,000円(テキスト代は別途)
- お申込み：当法人あて電話、またはFAX(氏名、住所、電話番号記入)で予約
特定非営利活動法人 わくわくネット
所在地 杉並区本天沼3-37-9
電話080-3405-4594 FAX03-3396-4741