

7月の協働事業（わくわくネット）

☆わくわく健康体操☆

7月3日(土) 17日(土)
10:00~12:00
玄米ダンベルやボールを使った体操や無理しないストレッチと柔軟体操、メタボ予防策です。
土曜の朝のひと時、健康的に体を動かしてみませんか？



参加費：100円

☆ITサロン☆

7月7日(水) 14日(水) 21日(水) 28日(水)
10:00~12:00
7月3日(土) 17日(土)
13:30~15:30



各自のテーマで学習しながら、わからない操作などは、多数の相談員(シニア情報生活アドバイザー)がお手伝いをします。

参加費：800円

☆ワードの基礎☆ 暑中見舞いを作ろう

7月7日(水) 21日(水)
13:30~15:30
さわやかな暑中見舞いを作ってみませんか？
2回で裏面を完成させます。



参加費 2回 2,400円

テキスト代別途 400円

☆旅の英会話・基礎☆

7月14日(水) 28日(水)
13:30~15:30
海外旅行に役立つ英会話をアメリカ人の先生をお招きして一から楽しく進めます。
英会話が初めての方も歓迎です。



参加費：2時間 1,000円

☆夏休み特集☆

家族いっしょにパソコンでおりがみ

7月31日(土) ①13:30~15:30 ②16:30~18:30
募集は、各回(①、②)10組 先着順
子供主体(5歳~小学3年生程度)ただし父母/祖父母同伴
夏休みのひととき、ご家族で楽しむおりがみ遊びを企画しました。
インターネットで検索した折り紙をご家族で作ってみませんか？
パソコン・おりがみの経験ない方歓迎です!!



長寿③

参加費 300円/組(折り紙用紙代込み)

☆初めてのウクレレ教室☆

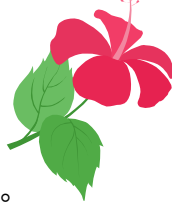
7月7日(水) 21日(水)
16:30~18:00
初めて楽器に触れる方を対象とした入門の教室です。
講師に元「大橋節夫とハニーアイランダーズ」のギター奏者の横江庸行氏をお招きして開催します。
初めての方も気軽に参加してみませんか？



参加費 1,000円

☆初級ウクレレ教室☆

7月7日(水) 21日(水)
18:30~20:00
これまでに、少しでも楽器に触った経験のある方を対象とした教室です。
こちらの講座も、講師に元「大橋節夫とハニーアイランダーズ」のギター奏者の横江庸行氏をお招きして開催します。
一緒にレベルアップを目指しましょう。



参加費 1,000円

ゆうゆう阿佐谷北館 だより

協働事業「旅の英会話」紹介

笑いがいっぱい
楽しいレッスンです

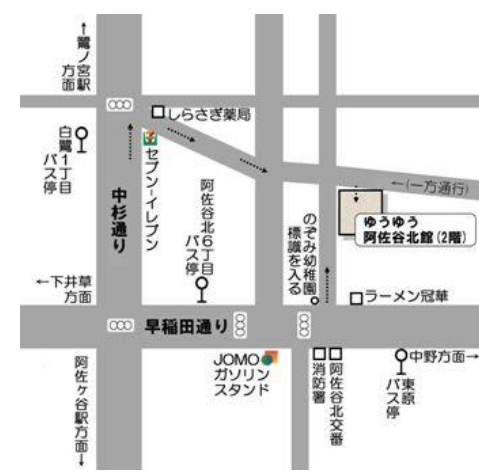


受講生募集中!!

アメリカのオハイオ州生まれの
Mr. Marvin Arnold
(マービン・アーノルド先生)
日本に35年も住んでいらっしゃる
ので日本語も流暢、ユーモアたっぷりの
素敵で優しい先生です。

先生に英語上達のポイントを伺いました
英語で人と何度も繰り返し話しをすること。
自信を持って英語で話してみること。
キーワードは practice (練習) と speaking (話す事) です。

阿佐谷北館へのアクセス



- JR 阿佐ヶ谷駅より徒歩25分
- 西武新宿線鷺ノ宮駅より徒歩15分
- 阿佐ヶ谷・荻窪駅から関東バス 中村橋駅行き白鷺1丁目下車4分



ゆうゆう阿佐谷北館だより(ブログ)
URL: <http://asakita.blog.ocn.ne.jp/blog/> 更新中です。

運営：特定非営利活動法人 わくわくネット

〒166-0001 杉並区阿佐谷北6丁目26番13号
電話 03-5356-8505 Fax 03-3338-0436
URL: <http://www.npo-wakuwaku.net/>

