

# 9月の協働事業（わくわくネット）

## ☆わくわく健康体操☆

9月4日(土) 18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。気軽に参加してください。



参加費：100円

## ☆ITサロン☆

9月1日(水) 8日(水) 15日(水)

22日(水) 10:00~12:00

9月4日(土) 18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

## ☆パソコンのメンテナンス☆

9月25日(土) 10:00~12:00

最近、パソコンが遅くなった気がしませんか？ご存知ですか、「パソコンを使い続けるとゴミく不要なファイル」が溜まって遅くなります。」パソコンのお掃除をして、スッキリ長持ちをさせましょう。参加費：テキスト代込 800円



## ☆エクセル速成講座☆

9月22日(水) 25日(土)

13:30~15:30

エクセルに興味のある方、文字入力のできる方の為のエクセル講座です。

基礎から表計算・グラフ作成までを講習します。

参加費：2回 2,800円(テキスト別途)



## ☆ウォーキングの楽しみ☆

9月11日(土) 10:00~12:00

ウォーキングの楽しみ・習慣化・効用の事例とミニウォーキングなどを行います。

今月は、「蓮華寺~馬橋公園~Aさんの庭」を回ります



参加費：無料

## ☆旅の英会話・基礎☆

9月1日(水) 15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、いちから楽しく学べます。ユーモアたっぷりの素敵なお先生のご指導で基礎からの英会話に挑戦してみませんか？

参加費：2時間 1,000円



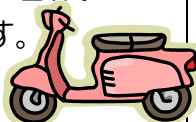
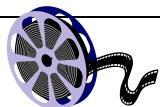
## ☆わくわく名画座☆

### 「ローマの休日」

9月11日(土) 13:30~15:30

1953年に製作された、オードリー・ヘップバーン、グレゴリー・ペック主演の不朽の名作。ローマ観光の映画としても楽しめます。

参加費：100円



## ☆旅日記をつくろう☆

8月25日(水) 9月8日(水)

13:30~15:30

楽しい旅行の思い出を記念の写真と一緒に整理しながら、いろいろ応用できるワードの使い方を楽しく学びます。

参加費：2回 2,800円(テキスト代別途)



## ☆初めてのウクレレ教室☆

9月8日(水) 22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☆

9月8日(水) 22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。

参加費 1,000円

