

7月の協働事業（わくわくネット）

<p>☆わくわく健康体操☆ 7月2日(土) 16日(土) 9:00~11:00 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、メタボ予防にいかが ですか? 参加費: 100円</p> 	<p>☆わくわく名画座☆ ~スウィング・ガールズ~ 7月9日(土) 14:00~16:00 東北の片田舎の落ちこぼれ女子高校生がビッグバンド を組んで、ジャズを演奏する青春映画。 監督: 矢口史靖 2004年作品 出演: 上野樹里 NHK「江〜姫たちの戦国」 貫地谷しほり NHK朝ドラ「ちりとてちん」 本仮屋ユイカ NHK朝ドラ「ファイト」 参加費: 無料</p> 
<p>☆ワードでお絵かき☆ 7月27日(水) 14:00~17:00 日頃、使っていらっしやるワード で絵を描いてみませんか? 図形等のツールを使って楽しく 素敵な絵が描けます。 受講料: 2,000円(テキスト代300円別途)</p> 	<p>☆わくわく蕎麦打ち研究会☆ 7月19日(火) 18:00~20:00 江戸ソバリエから講習を受けたメンバーが中心と なって平成22年12月自主グループを結成。 館外研修と称してそば名店探訪も・・・とにかく楽し い“そば研”です。 参加費: 1,000円(食材費込)</p>
<p>☆ウォーキングの楽しみ☆ 7月9日(土) 9:00~11:00 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 (2~5km)を行います。 参加ご希望の方は、直接阿佐谷北館へ。 予約は不要です。 参加費: 無料</p> 	<p>☆旅の英会話・基礎☆ 7月6日(水) 20日(水) 14:00~16:00 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先生のご指導で明るい 雰囲気教室です。お気軽にどうぞ 参加費: 1,000円</p> 
<p>東日本大震災チャリティーイベント ☆わくわくアサキタ夏まつり☆ 7月30日(土) 14:00~16:00 元気なお子さんと一緒に楽しむ夏まつりを企画 しました。アニメ映画・綿あめ・バルーンア ート教室等のイベントを行ないます。 お申し込みは阿佐谷北館受付まで 参加費: 200円(全額、東日本大震災義援金)</p> 	<p>☆テレビで楽しむインターネット☆ 7月13日(水) 14:00~16:00 地デジの準備ができれば、 テレビをもっと楽しみませんか? パソコン不要でインターネットの 動画や地図が楽しめる方法を紹介します。 当日はNTT東日本の方から説明いただきます。 参加費: 無料</p> 
<p>☆ITサロン☆ 7月6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水) 9:00~11:00 7月2日(土) 16日(土) 14:30~16:30 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</p> 	<p>☆ウクレレ入門☆ 7月13日(水) 27日(水) 18:00~19:30 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・横江庸行氏をお招きして開催してい ます。楽器は初めてという方も、多少の経験をお 持ちの方も、みなさま楽しく練習されています。 参加費 1,000円</p> 