

4月の協働事業（わくわくネット）

☆ITサロン☆

4月4日(水) 11日(水) 18日(水) 25日(水)

10:00~12:00

4月7日(土) 21日(土)

13:30~15:30



パソコンのお悩みご相談ください!

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

☆わくわく名画座☆

~5つの銅貨 The Five Pennies~

4月14日(土) 13:30~15:50

1920年代に一世を風靡した名コルネット奏者



レッド・ニコルズ(ダニー・ケイ)の半生を描いた伝記的作品。一度はジャズを捨てた彼がカムバックするまでを感動的に描く。サッチモとの「聖者の行進」の掛け合いも最高。参加費: 無料



☆いちからのパソコン☆

4月11日(水) 25日(水) 13:30~15:30

パソコンは初めてという方に最適な講座です。

電源の入れ方・切り方から、マウスの使い方、

初歩の文字入力まで、2回にわたって丁寧に講習します。

思い切って4月からパソコンに挑戦してみませんか?

受講料: 2回・2,800円(テキスト代別途400円)



☆わくわく健康体操☆

4月7日(土) 21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などを行っています、メタボ予防にいかがですか?



参加費: 100円

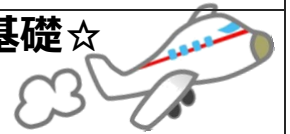
☆旅の英会話・基礎☆

4月4日(水) 18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?

講師: アーノルド先生 参加費: 1000円



☆初級ウクレレ講座☆

4月4日(水) 18日(水)

16:00~17:30

新入会員募集中。初めての方もどうぞ。

横江先生のご指導で楽しいウクレレ教室です。参加費 1,000円



☆中級ウクレレ講座(レレ・マハロ)☆

4月11日(水) 25日(水)

16:00~17:30

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楽しく練習しています。参加費 1,000円



☆ウォーキングのすすめ☆

4月14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(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



☆わくわく蕎麦打ち研究会☆

4月21日(土) 16:00~18:00

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)

