

# 5月の協働事業（わくわくネット）

## ☆ITサロン☆

5月2日(水) 9日(水) 16日(水) 23日(水)  
10:00~12:00  
5月19日(土) ※5日(祝)はお休みです  
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☆

～男はつらいよ（シリーズ第1作）  
5月12日(土) 13:30  
～15:20



テキヤ稼業で全国を渡り歩く寅さん(渥美清)が20年ぶりに柴又に。寅は妹さくらの縁談をぶちこわし旅の人に。奈良で御前様と冬子(光本幸子)に再会。寅さんは帰郷しても冬子のもとへ日参。一方、印刷工・博はさくらへ想いを。  
参加費：無料

## ☆六丁目食堂☆

5月16日(水) 18:30~20:00



ちよつと贅沢 こだわり弁当!  
たまには、阿佐谷北館でみんな  
と一緒に食事いかがですか!  
一流の料理人はいませんが、「友食=夕食」の  
“六丁目食堂”です

定員：8名 参加費：1,500円

## ☆はじめてのワード☆

ワードの基礎から写真入りの文書まで  
5月9日(水) 23日(水)  
13:30~15:30  
ワードの基本的な機能を使って  
効果的な文書を作りましょう。  
ゆっくり分かりやすく進めます。  
受講料:2,800円(テキスト代別途400円)



## ☆わくわく健康体操☆

5月5日(土) 19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☆

5月2日(水) 16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



## ☆ウクレレ講座 - レレ・マイカイ☆

講座：5月2日(水) 16日(水)  
自主練：5月9日(水) 23日(水)  
16:00~17:30



4月に新しく発足しました。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

## ☆ウクレレ講座 - レレ・マハロ☆

講座：5月9日(水) 23日(水)  
自主練：5月2日(水) 16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☆

5月12日(土)  
10:00~12:00

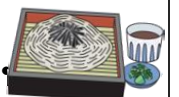
ウォーキングの楽しみ・習慣化・  
効用の事例とミニウォーキング  
(2~5km)を行います。

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☆

5月19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)