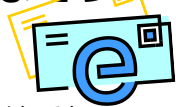


9月の協働事業（わくわくネット）

IT 講座 ☆メールを使いこなそう☆

9月12日(水) 26日(水)
13:30~15:30

電子メールが届く仕組み、設定、送受信、アドレス帳の利用、ファイルの添付など
☆ 詳細は表紙をご参照ください。
受講料2,800円 テキスト代別途400円



☆ウォーキングのすすめ☆

9月8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



☆IT サロン☆

9月5日(水) 12日(水) 19日(水)
26日(水) 10:00~12:00

9月1日(土) 15日(土)
13:30~15:30

各自のテーマで学習。多数の相談員(シニア情報生活アドバイザー)がお手伝いします。参加費：800円



☆旅の英会話・基礎☆

9月5日(水) 19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明るい雰囲気のある教室です。お気軽にどうぞ
講師：アーノルド先生 参加費：1000円

Let's enjoy English!



☆わくわく健康体操☆

9月1日(土) 15(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、メタボ予防にいかがですか？
お気軽にご参加ください。参加費:100円



☆わくわく名画座☆ 堂々二本立て興行!

9月8日(土) 13:30~15:30

~銀座カンカン娘~

大ヒット曲「銀座カンカン娘」をモチーフにした作品、声楽家と画家を目指す若い女性の居候二人組(高峰秀子、笠置シズ子)。一文無しのため職探しに出かけると、映画のロケ隊に出会い、そこから話は進んで・・・。



~カルメン故郷に帰る~

日本初の総天然色映画。ストリップパーの通称リリー・カルメン(高峰秀子)は、劇場改修のための休暇で、仲間と共に故郷に帰ってくる。保守的な村のこと、肌も露わな二人に一悶着、二悶着、それにもめげず「凱旋公演」に出演するのだが・・・。
参加費：無料



☆ウクレレ講座 - レレ・マハロ☆

講座：9月12日(水) 26日(水)
自主練：9月5日(水) 19日(水)
16:00~17:30



☆ウクレレ講座 - レレ・マイカイ☆

講座：9月5日(水) 19日(水)
自主練：9月12日(水) 26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



☆六丁目食堂☆

9月19日(水) 18:30~20:00

一流の料理人はいませんが、ちょっと贅沢こだわり弁当！夕食の用意や後片付けをちょっと休んで、たまにはプチイベントを楽しみながら阿佐谷北館でみんなとお食事いかがですか！

定員：8名 参加費：1,500円

六丁目食堂



☆わくわく蕎麦打ち研究会☆

9月15日(土) 16:00~18:00

月1回みんなでそば打ち。平成22年12月結成の自主グループです。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。見学者歓迎！

参加費：1,000円 食材費込

