

# 1月の協働事業（わくわくネット）

## ☆ITサロン☆

1月9日(水) 16日(水) 23日(水)  
10:00~12:00  
1月5日(土) 19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）がお手伝いをします。参加費：800円

## ☆わくわく健康体操

1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、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:1000円

## IT講座☆楽々ワード使いこなし術☆ あなたも今日からデザイナー

1月9日(水) 23日(水)  
13:30~15:30

ワードを使って簡単キレイな文書を作ります。メンバー募集や町内会のお知らせ、発表会のプログラムも自由自在！お気軽にご参加ください!!

受講料2,800円 テキスト代別途400円  
お申し込み：阿佐谷北館受付へ



## ☆六丁目食堂☆

1月16日(水) 18:30~20:00

一流シェフはいませんが、ちょっと贅沢こだわり弁当！



食前プチイベント（杉並江戸落語研究会の方の落語一席を予定）も好評です。たまには阿佐谷北館でみんなと楽しくお食事いかがですか！

定員：8名 参加費：1,500円

## ☆旅の英会話・基礎☆

Good

1月16日(水)  
13:30~15:30

旅に役立つ英会話をいちから楽しく。ユーモアたっぷりの素敵なアメリカ人の先生を囲んで学ぶ、明るい雰囲気



の教室です。お気軽にどうぞ  
講師：アーノルド先生 参加費：1000円

## ☆わくわく蕎麦打ち研究会☆

1月19日(土) 16:00~18:30

自主グループを結成して月1回みんなでそば打ち、とにかく楽しい“そば研”です。館外研修と称してそば名店探訪も。見学者歓迎！



参加費：1,000円 食材費込

## ☆ウクレレ講座 - レレ・マハロ☆

講座：1月9日(水) 23日(水)  
自主練：1月16日(水)  
16:00~17:30



## ☆ウクレレ講座 - レレ・マイカイ☆

講座：1月16日(水)  
自主練：1月9日(水) 23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

## ☆わくわく名画座☆

～男はつらいよ寅次郎わすれな草～  
シリーズ第11作

1月12日(土) 13:30~15:30



最終作 48（寅次郎紅の花）で妹さくらから「お兄ちゃん、一緒になるなら、リリーさんしかいないのよ！」と言われる旅回りの歌手リリー（浅丘ルリ子）が初登場。

参加費：無料