


# 6月の協働事業 (わくわくネット)

IT 講座 ☆はじめようエクセル☆  
 6月12日(水) 26日(水)  
 13:30~15:30   
 エクセルの基本操作から簡単な表作成まで  
 受講料2,800円 テキスト代別途400円

☆楽芸会☆  
 6月29日(土) 14:00~16:00  
 むし暑さをぶっ飛ばそう! 歌と踊りを楽し  
 んで賞品をゲット。お楽しみ抽選会、お茶タイ  
 ムもあります。 参加費: 無料

## 六丁目食堂




### ☆六丁目食堂☆

一流の料理人はいませんが、ちょっと贅沢こだわり弁当! たまには阿佐谷北館  
 でみんなとお食事いかがですか! 定員: 8名 参加費: 1,500円

6月19日(水) 18:30~20:00

### ☆IT サロン☆

6月5日(水) 12日(水) 19日(水)  
 26日(水) 10:00~12:00  
 6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

### ☆わくわく名画座☆

6月8日(土) 13:30~15:45  
 ~シェーン~

「シェーン!カムバック!」  
 シェーン(アラン・ラッド)が  
 たどり着いた開拓地はライカ  
 ー一味の暴虐に苦しんでいた。

参加費: 無料



### ☆わくわく健康体操☆

6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



### ☆ウォーキングのすすめ☆

6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



### ☆わくわく蕎麦打ち研究会☆

6月15日(土) 16:00~18:00

自主グループで月1回みんなでそば打ち。  
 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



### ☆旅の英会話・基礎☆

6月5日(水) 19日(水)

13:30~15:30  *Let's enjoy English!*

旅に役立つ英会話を、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  
 講師: アーノルド先生 参加費: 1,000円

### ☆ウクレレ講座 - レレ・マハロ☆

講座: 6月12日(水) 26日(水)  
 自主練: 6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: 6月5日(水) 19日(水)  
 自主練: 6月12日(水) 26日(水)  
 16:00~17:30

ハワイアンや懐かしの名曲を練習していま  
 す。会員募集中 参加費: 1,000円



### iPad

### ☆アイパッド体験会☆

6月1日(土) 13:00~15:00

何ができるの? まずは体験! 参加費: 1,000円

### ☆アイパッド講習会☆

6月12日(水) 13:00~14:30

写真の保存と整理 参加費: 1,000円

### ☆アイパッドルーム☆

6月12日(水) 14:30~15:30

操作や設定、お困りごとに個別にお答えします

※ iPad ルームはご自分のiPad 持込可

参加費: 500円