

## ■パソコンルーム

11月 2日(水) 9日(水) 16日(水) 23日(祝)  
10:00~12:00  
11月 5日(土) 19日(土)  
13:30~15:30



各自自習、困った時は、シニア情報生活アドバイザー  
がご助けます。 参加費:800円

## ■お絵描きを楽しもう

11月 19日(土) 13:30~15:30  
ワードの図形だけで、クリスマスカードの  
出来上がり!(毎月第3土曜に行く、ミニ講座です)  
参加費:1,200円(資料代込)



## ■ウォーキングのすすめ

11月 12日(土) 10:00~12:00  
楽しみや習慣化効用の事例と、ミニウォーキング  
(2~5km)を行います。予約不要、雨天中止  
参加費:無料



## ■健康体操

11月 5日(土) 19日(土)  
10:00~12:00  
玄米ダンベルなどを使った体操や、ストレッチ、  
メタボ予防にいかがですか。 参加費:150円



## ■ウクレレ講座 参加費:各1,000円

**初級**  
11月 2日(水) 16日(水)  
16:00~17:30  
**中級**  
11月 9日(水) 30日(水) ※23(祝)はお休みです  
16:00~17:30  
ハワイアンや懐かしの名曲を練習しています。



## ■蕎麦打ち研究会

11月 19日(土) 16:00~18:30  
月1回、仲間が集まり楽しくそば打ち  
参加者募集中! 参加費:1,000円(材料費込)



## ■夕どきサロン

11月 12日(土) 17:00~18:30  
月1回、サロンで夕食はいかが?  
特製弁当を頂きながら、懐かしい映像などと共に、  
皆さんと和みましょう。 参加費:1,000円



## 12月のお知らせ クリスマス会

12月 10日(土) 14:00~16:00  
楽しい午後をお過ごし下さい。参加費:無料



## パソコン講座

### ■オリジナル年賀状を 作りませんか

①11月 9日(水) 16日(水)  
②11月 23日(祝) 30日(水)  
13:30~15:30  
参加費:2,800円(2回分計)  
+テキスト代400円  
①②とも同じ内容、ご都合の良い方にどうぞ。



## iPad 講座

### ■iPad でやってみよう 「あっという間に年賀状！」

11月 23日(祝) 13:00~14:30  
写真やイラスト、レイアウトも指1本で  
思いのまま! 定員:6名 参加費:800円



### ■体験会&購入サポート

11月 19日(土) 13:00~15:00  
定員:6名 参加費:1,000円  
※販売は致しません、安心してご参加下さい。

### ■iPad ルーム

※①と②は完全入替制です。  
※ルームのみ iPad の持込みも可能です。  
11月 5日(土) ①13:00~14:00  
②14:15~15:15  
11月 16日(水) ① 9:45~10:45  
②11:00~12:00  
原則基本的な問題に、個別にお答え致します。  
内容によって解決策をご提示できない場合は、  
どうぞご了承下さい。  
定員:各4名 参加費:各800円



### ■英会話(初級) Hello!

11月 2日(水) 16日(水)  
13:30~15:30  
楽しいアメリカ人先生を囲んでの簡単英会話。  
見学(無料)歓迎! 参加費:1,000円



### ■名画座

11月 12日(土) 13:30~15:50  
邦画・洋画の名作を、休憩をはさんで上映して  
います。※作品案内はチラシをご覧ください。  
参加費:無料

