

●パソコンルーム

1月 11日(水)18日(水)25日(水)
10:00~12:00
1月 7日(土)21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
がお助けします。 参加費：800円

●お絵描きを楽しもう

1月21日(土)13:30~15:30

※作成講座はお休みです。

パソコンルーム(800円)にて、既に受講された方
対象の『質問タイム』といたします。

●ウォーキングのすすめ

1月14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。お気軽にご参加ください。
予約不要、雨天中止。 参加費：無料



●健康体操

1月7日(土)21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

1月18日(水)
16:00~17:30

中級

1月11日(水)25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。



●蕎麦打ち研究会

1月21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

1月14日(土)17:00~18:30
特製弁当を頂きながら、懐かしい歌や
映像と共に、皆さんと和みましょう。



参加費：1,000円

●ゆずジャム作り

1月30日(月)午前・午後各2回計4回
詳細はチラシをご覧ください。 参加費：500円



パソコン講座

●動くアルバム作成講座

1月11日(水)18日(水)25日(水)
13:30~15:30

参加費：4,200円(3日分計)
別途教材費500円

無料のプレゼンテーションソフトを使って
写真から、スライドショーを作ります。
素敵な思い出のアルバムができますよ!



iPad講座

●iPadでやってみよう

「MAP(地図アプリ)で 待ち合わせもらくらく」

1月25日(水)13:00~14:30
友人と待ち合わせ…どう行くのがいい?地図
アプリで解決。 定員：6名 参加費：800円



●体験会&購入サポート

1月21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。

1月7日(土)①13:00~14:00
②14:15~15:15

1月18日(水)①9:45~10:45
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!

1月18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

1月14日(土)13:30~

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

