

●パソコンルーム

3月 1日(水) 8日(水) 15日(水) 22日(水)
10:00~12:00
3月 4日(土) 18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

3月 18日(土) 13:30~15:30
ワードの図形だけで、イラストを作ります。
今月は桜と蛇の目傘。初心者の方もどうぞ。



参加費：1,200円(資料代込)

●ウォーキングのすすめ

3月 11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

3月 4日(土) 18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

3月 1日(水) 15日(水) 16:00~17:30

中級

3月 8日(水) 22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。



●そば打ち研究会

3月 18日(土) 16:00~18:30
初めての方でも丁寧に教えます。
参加費：1,000円(材料費込)



●夕どきサロン

3月 11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



●マーマレード作り(夏みかん)

3月 29日(水) 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：各回 500円



パソコン講座

●デジカメ講座

~パソコンへの取込みと
編集・加工・合成~

3月 8日(水) 15日(水) 22日(水)
13:30~15:30
参加費：4,200円(3日分計)
別途テキスト代 500円

失敗写真の修整や、クラウドで送る方法など。



とても
役に立ったと
評判の

iPad 講座

全て事前予約をお願い致します

●iPad でやってみよう

「らくらく
写真撮影と保存」

3月 22日(水) 13:00~14:30
難しい設定なし、パシャパシャ撮るだけ！
定員：6名 参加費：800円



●体験会&購入サポート

3月 18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。

3月 4日(土) ①13:00~14:00

②14:15~15:15

3月 15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)



3月 1日(水) 15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

3月 11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