

●パソコンルーム

5月3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)

10:00~12:00

5月6日(土) 20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：1,000円



●パソコンでお絵描き



5月20日(土) 13:30~15:30

ワードの図形だけでイラスト作り。新しい方もぜひ!
参加費：1,200円 別途テキスト代 100~300円
(内容により異なります)

●ウォーキングのすすめ

5月13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

5月6日(土) 20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

5月3日(水) 祝日のため 15:30~16:45

17日(水) 16:00~17:30

中級

5月10日(水) 24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

5月20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

5月13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



●名画座

5月13日(土) 参加費：無料 13:00~

通常より30分早い開始です、ご注意ください!



パソコン講座

●ワード講座

~基礎から学ぼう

パソコンでの文書作り~

5月10日(水) 17日(水) 24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

基本操作とイラストや写真入りの文書作成まで

ワード初心者の方も
ゆっくり学べますよ



iPad 講座

iPad講座も事前予約をお願い致します

●iPad 体験会&購入サポート

5月20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 ルームは、内容によっては、
最善の解決策をご提示できない場合も
ありますが、ご了承ください。

●iPad ルーム

※①と②は完全入替制です。

※自分のiPadの持込みも可能です。

5月6日(土) ①13:00~14:00

②14:15~15:15

5月17日(水) ① 9:45~10:45

②11:00~12:00

基本的な問題に、個別にお答えします。

定員：各4名 参加費：各800円



●iPad でやってみよう

「簡単! アプリの追加
をしてみよう」



5月24日(水) 13:00~14:30

アプリって何? 有料・無料、便利で楽しいものが
いっぱい!

定員：6名 参加費：800円

●英会話 (初級)

Hello!

5月3日(水) 17日(水)

13:30~15:30

楽しいアメリカ人先生を囲んで簡単英会話。

見学歓迎! (無料)

参加費：1,000円



●楽芸会

5月28日(日) 参加費：無料