

●パソコンルーム

11月1日(水) 8日(水) 15日(水) 22日(水)

10:00~12:00

11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：1,000円



●パソコンでお絵描き

11月18日(土) 13:30~15:30

『図形の組み合わせ』で、クリスマスカード
を描きます。初心者も大歓迎!

参加費：1,200円 別途テキスト代 100~300円



●ウォーキングのすすめ

11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。予約不要、
どうぞお気軽に。雨天中止。 参加費：無料



●健康体操

11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 ※只今どちらも満員です

初級 11月1日(水) 15日(水)

16:00~17:30

中級 11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。

参加費：各1,000円



●そば打ち研究会

11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

11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、皆さんと和みましよう。

参加費：1,000円



●名画座

11月11日(土) 13:30~参加費：無料

内外の名作を、休憩をはさんで上映しています。



パソコン講座

●年賀状講座

①11月8日(水) 15日(水)

②11月22日(水) 29日(水)

13:30~15:30

参加費：2,800円(2回分計)

+テキスト代500円

① ②とも同じ内容です、ご都合の良い方に。



iPad 講座

※事前予約を
お願い致します



●iPad & iPhone ルーム

※アンドロイドタブレット・スマホも
ご質問内容により対応可能です。

※①と②は完全入替制です。

11月4日(土) ①13:00~14:00

②14:15~15:15

11月15日(水) ① 9:45~10:45

②11:00~12:00

「操作が分からない。」に個別にお答えします。

定員：各4名 参加費：各800円

●iPad で年賀状

11月22日(水) 13:00~14:30

(12月2日(土)も開催します)

アプリを使って、写真やイラストも指1本で
レイアウト。あっという間に年賀状。

定員：6名 参加費：800円

●英会話 (初級)

11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簡単英会話。

見学歓迎! (無料)

参加費：1,000円



12月のお知らせ

・パソコン講座

名刺&お名前シール

12月13日(水) 20日(水)

・クリスマス会

12月9日(土) 午後2時~4時

(ウォーキング・名画座・夕どきサロン

はお休みです)