

●パソコンルーム

予約不要

12月 5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)
10:00~12:00

12月 1日(土) 15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
がご助けします。 参加費：1,000円



●パソコンでお絵描き

要予約

12月 15日(土) 13:30~15:30

初心者大歓迎! 『図形の組み合わせ』で
簡単、楽しい、イラスト作り。

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

予約不要

※12月は お休みです。

毎月第2土曜日 10:00~12:00

習慣化効用の事例と、ミニウォーキング

(2~5km)を行います。雨天中止。 参加費：無料



●健康体操

予約不要

12月 1日(土) 15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：200円



●ウクレレ

※只今どちらも満員です

初級 12月 5日(水) 19日(水)

16:00~17:30

中級 12月 12日(水) 26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 1,200円



●そば打ち研究会

要予約

12月 15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)

新規参加者
歓迎



●夕どきサロン

要予約

※12月は お休みです。

毎月第2土曜日 17:00~18:30

参加費：1,000円



●クリスマス会

予約不要

12月 8日(土) 14:00~16:00

●あさきた食堂

要予約

(子ども食堂)

クリスマス

12月 21日(金) チョコッとスペシャル!

18:00~19:30 (受付 17:30より)

温かい夕食を一緒にいかが。シニアの方も、
どなたでも。参加費：300円・中学生以下無料

パソコン講座

要予約



●趣味で使える Google サービス

12月 12日(水) 19日(水)

13:30~15:30

Google サービスを使って旅行気分?!

参加費：3,000円 (2日分計)

+テキスト代 500円

iPad・スマホ講座

要予約

●iPad&スマホルーム

※アンドロイドタブレットも
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。

12月 1日(土) ① 13:00~14:00

② 14:15~15:15

12月 19日(水) ① 9:45~10:45

② 11:00~12:00

お困りごとに、個別対応でお答えします。

定員：各 4名 参加費：各 1,000円



●わくわく楽しく iPad!

※12月・1月は お休みです。

毎月第4水曜日 13:00~14:30

定員：6名 参加費：1,200円

●英会話 (初級)

予約不要

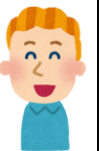
12月 5日(水) 19日(水)

13:30~15:30

アメリカ人先生を囲んで、楽しく英会話。

見学歓迎! (無料)

参加費：1,100円



●名画座

予約不要

※12月は お休みです。

毎月第2土曜日 13:30 ~ 参加費：無料

●地域交流会 (協働事業外)

12月 3日(月) 10:00~11:00

保育園の子ども達と一緒に遊びましょう

