



**凡例**

日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物  
 保育 他その他 方申込方法 申 申込先 問 問合わせ先 担 担当課

**就活サポートセミナー**

・高木信明氏(目黒星美学園小学校) 費1000円  
 復ハガキに「入門編」住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて7月22日(必着)まで(多数抽選)。  
 申 担 124-8555葛飾区役所高齢者支援課

**懐かしい曲の演奏会**

・ポプスの名曲を演奏と歌で楽しみます。  
 日 7月15日(月)・祝午後1時30分～3時  
 対 区内在住55歳以上の方  
 場 まで自分で来られる方  
 往 復ハガキに「筋トレ」希望コース(いずれか一つ)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、7月16日(必着)まで(多数抽選)。  
 申 担 124-0012立石6-38-11  
 シニア活動支援センター

**ちぎり絵講座**

・新聞のカラー部分を使い絵ハガキを作ります。  
 日 7月26日(金)午後1時30分～3時30分  
 対 区内在住55歳以上の方  
 場 まで自分で来られる方  
 往 復ハガキに「筋トレ」希望コース(いずれか一つ)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、7月16日(必着)まで(多数抽選)。  
 申 担 124-0012立石6-38-11  
 シニア活動支援センター

**筋力向上トレーニング**

・全30回  
 日 8月1日～26年3月20日(木) (8月15日・9月12日)

**木根川コース**

・全5回  
 日 8月1日～26年3月20日(木) (8月15日・9月12日)

このマークのあるものは、パソコン・携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります)。  
 全○回とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合は抽選となります。ハガキ、ファクスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。

**健康・介護予防**

**愛の血液助け合い運動**

日 時	会場(所在地)
7/6(土)午前10時～11時45分、午後1～4時	上平井中学校(東新小岩4-2-1)
7/12(金)午前10時～11時15分、午後0時30分～4時	金町駅前団地(東金町1-36)
7/22(月)午前9時30分～正午、午後1時30分～4時	金町消防署(金町4-15-20)
7/25(木)午前10時～11時30分、午後0時45分～4時	イトーヨーカドー高砂店(高砂3-12-5)

**シニアのための ゆっくり・じっくりパソコン教室 8月分**

日 内 下表の通り 対 区内在住55歳以上の方 方 往復ハガキに希望番号(1会場につき1コース)・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、7月16日(火)(必着)まで(多数抽選)。  
 担 シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用(教材費込み)	時間・定員・会場・申し込み・問い合わせ
A	初めてのパソコン(インターネットの体験も)	8/7～28の(水)	8,100円	【時間】 午前9時30分～正午 【定員】 各4人 【会場・申し込み・問い合わせ】 124-0012立石6-38-11 シニア活動支援センター内 シニアIT・活動情報サロン ☎3692-3180
B※	インターネットを楽しもう(電子メールの体験も)	8/1～22の(木)	8,000円	【時間】 午前10時～正午 【定員】 各3人 【会場・申し込み・問い合わせ】 125-0032水元4-6-15 水元憩い交流館☎5660-3113
C※	じっくりワード入門(写真・地図入り文書作成)	8/5～26の(月)	7,600円	
D※	じっくりエクセル活用(住所録作成・表計算の応用など)	8/6～27の(火)	7,600円	
い※	ワード入門(基礎と簡単な文書作成)	8/6・13(火)	3,000円	
ろ※	エクセル入門(表計算と計算の基礎)	8/20・27(火)	3,000円	
①	よくわかるパソコン入門(基本操作からインターネットまで)	8/5～26の(月)	8,050円	【時間】 午後1時30分～3時30分 【定員】 各3人 【会場】 たつみ憩い交流館(西新小岩2-1-4)
②	よくわかるパソコン入門(基本操作からインターネットまで)	8/6～27の(火)	8,050円	
③※	パソコン活用いろいろ(1対1で希望のものを学ぶ)	8/1～22の(木)	8,000円	【申し込み・問い合わせ】 124-0012立石3-30-18 NPO法人ユニコムかつしか ☎6905-8080
④※	パソコン活用いろいろ(1対1で希望のものを学ぶ)	8/2～23の(金)	8,000円	

全4回【い】・【ろ】は全2回。※のコースはローマ字入力ができる方が対象。使用ソフト/ウィンドウズVista A～D・【い】・【ろ】は、葛飾アクティブ・COMホームページ(<http://www.katsushika-active.com>)から、①～④はユニコムかつしかホームページ(<http://uc-k.net/spc/index.html>)からも申し込みできます。

**暮らしを彩るパソコン教室 8月分**

日 内 下表の通り 対 区内在住・在勤・在学の方 定 各コース6人(新宿図書センター・お花茶屋図書館は各コース10人) 持 新柴又教室のみノートパソコン 方 電話、ハガキかファクス(希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・ファクス番号を記入)で、7月16日(火)(必着)まで(多数抽選)。  
 申 担 124-0012立石3-30-18 NPO法人ユニコムかつしか「暮らしを彩るパソコン教室」係 ☎6905-8080 FAX6657-6185 担 生涯学習課

会場	新宿図書センター(新宿3-7-1)	お花茶屋図書館(お花茶屋2-1-15)	たつみ憩い交流館(西新小岩2-1-4)	ユニコムかつしか(立石3-30-18)	新柴又教室(鎌倉3-24-5)	費用(教材費込み)
触ってみよう(初体験)	01 8/2(金)午後	21 8/2(金)午前	41 8/2(金)午前	-	-	500円
ばそこんのいろは全2回	02 8/9・16(金)午後	22 8/9・16(金)午前	42 8/9・16(金)午前	62 8/19(月)・22(木)午前	82 8/6(火)・9(金)午前	2,700円
文字入力初歩全2回	03 8/23・30(金)午後	23 8/23・30(金)午前	43 8/23・30(金)午前	63 8/26(月)・29(木)午前	83 8/20(火)・23(金)午前	2,700円
ネット入門※全2回	04 8/6・13(火)午後	24 8/3・10(土)午前	44 8/5・12(月)午前	-	84 8/27(火)・30(金)午前	2,700円
ワード入門※全4回	05 8/6～27の(火)午前	25 8/6～27の(火)午前	45 8/1～22の(木)午前	-	85 8/19(月)・22(木)・26(日)・29(木)午前	5,400円
エクセル入門※全4回	06 8/3～24の(土)午前	26 8/6～27の(火)午後	46 8/7～28の(水)午前	66 8/3～24の(土)午前	-	5,400円
夏休み親子講座※	16 8/9(金)午前	36 8/15(木)午前	56 8/17(土)午前	76 8/8(木)午前	96 8/12(月)午前	1,900円

午前/午後10時00分～正午(新宿図書センターのみ午前10時15分～午後0時15分)  
 午後/午後1時30分～3時30分  
 使用ソフト/ウィンドウズ7(たつみ憩い交流館のみウィンドウズVista)、オフィスは2010年版。  
 ※のコースはローマ字入力ができる方が対象。

上表のコースの他、パワーポイント・デジカメ入門・活用、ホームページデビュー、ワード・ネット活用、セキュリティ対策などのコースがあります。詳しくは暮らしを彩るパソコン教室ホームページ(<http://uc-k.net/kpc/>)をご覧ください。

すぐ聞く!すぐ行く!すぐ対応! 皆さんの相談に迅速に対応します。

すぐやる課 ☎5654-8448 月～金曜日(祝日、年末年始は除く) 午前8時30分～午後5時