



講習会予定表

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12
14	15	16	17	18	19
		初心者向け パソコン講座 ワードでチラシを 作ろう ※下目黒住区センター (9:30～12:30) (13:30～16:30)	初心者向け パソコン講座 ワードでチラシを 作ろう ※下目黒住区センター (9:30～12:30) (13:30～16:30)		
21	22	23	24	25	26
～休館日～	～休館日～		初心者向け パソコン講座 スマートフォンの 写真をパソコン で編集しよう ※下目黒住区センター (9:30～12:30) (13:30～16:30)	初心者向け パソコン講座 スマートフォンの 写真をパソコン で編集しよう ※下目黒住区セン ター (9:30～12:30) (13:30～16:30)	
28	29	30			

オンライン講座予定表はホームページで公開しています。

ホームページのQRコードはこちら



目黒区高齢者センター

〒153-0063

目黒区目黒1-25-26 田道ふれあい館2階

電話:03-5721-2291

FAX:03-5721-2293

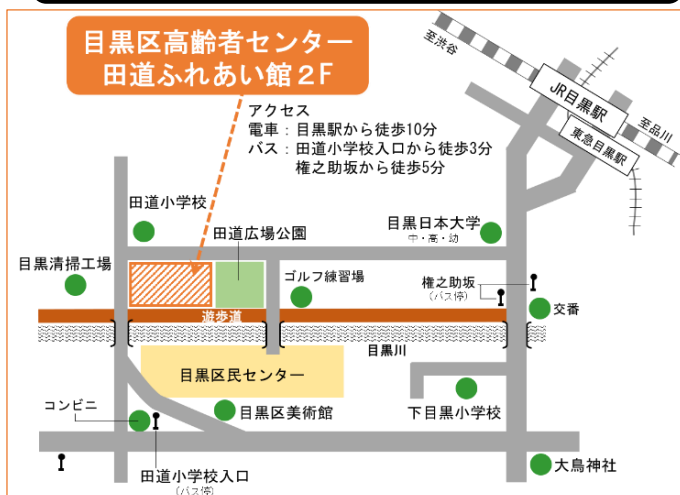
メールアドレス:meguro-kouhuku@foryou.or.jp

ホームページ:<http://meguro.foryou.or.jp/>

施設指定管理者

社会福祉法人 奉優会

次号発行予定 9月25日(金)



でんどうタイムズ 9月号

区内在住の60歳以上の方がご利用いただける施設です。
ご来館の際は受付で**利用証のご提示**をお願いいたします。
未登録の方は、身分証をお持ちの上、登録手続きを行ってください。



**定員
各7名**

初心者向け パソコン講座【2日間コース】

場 所:下目黒住区センター4F

シルバー人材センターパソコン教室

定 員:各7名(先着申込)

2日間参加できる方が優先となります。

持ち物:テキスト代300円・USB(当日販売あり600円)

①9月16日(水)・17日(木)

【午前コース】 9:30～12:30

【午後コース】13:30～16:30

ワードでチラシを作ろう



②9月24日(木)・25日(金)

【午前コース】 9:30～12:30

【午後コース】13:30～16:30

スマートフォンの写真をパソコンで編集しよう

※ご自身のスマートフォンをお持ちください。





自宅でできる♪ 通信講座 受講申込み受付中！



脳トレや運動講座をはじめ、様々なプログラムをご用意します。
自宅にしながら講座を受講し、課題提出で添削指導が受けられます。

『はじめてみよう！大人のペン字』

ご提出いただいた課題は講師に添削していただけます。

『ユーモアを磨こう♪おもしろ川柳』

講師が出題するテーマをもとにじっくり考え川柳を
完成させます！川柳のテーマは毎回変わります。

お申込み 電話・メール・FAXのいずれかにて受け付けます。

お申込みには「利用証番号」「お名前」「連絡先」が必要です

ご参加には来館もしくはプリンターでの印刷が必要となります。
参加方法の告知は決まり次第ホームページでの告知を行わせていただきます。

【今後の予定講座】

脳トレ、運動、ぬり絵、語学、歴史、ペン字…など

☆ご自身の興味のある講座を選んで、続けていきましょう☆



オンライン講座 開催中



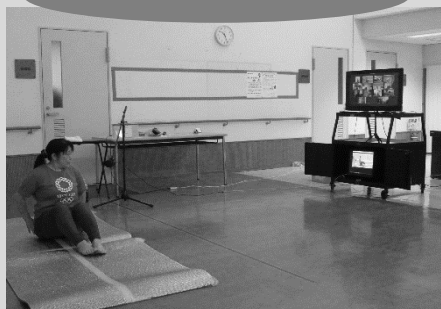
脳活

楽しい!!

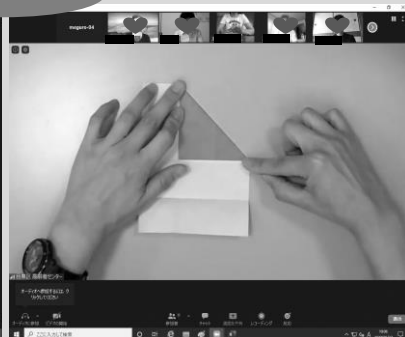


参加者の皆様からは
「家に居ながら参加出来るから
気軽に楽しめる♪」
「皆さんの顔が見られて嬉しい」
と、大好評!!

ソフトストレッチ



折紙



他にもトリム体操、謎トレなどなど身体や脳にうれしい講座が盛りだくさん！皆様のご参加お待ちしております♪

どうやったら参加出来るの？



講座の参加方法がわからない方のために、職員が1対1で教えるオンライン相談会も実施しています。（※窓口・お電話にて要予約）

オンライン講座初心者向け相談会

を開催しています！

パソコン（カメラ付き）・スマートフォン・タブレットをお持ちいただき、センターにて、職員が1対1で使い方を丁寧にお教えします！

- ★電話または窓口にてお申込みください
- ★お一人様30分程度
- ★日程・時間はお電話でご確認ください

