

縦覧ができます。対市内在住  
 かが在勤の人。意見書は期間中  
 に住所・氏名を書いて郵送か  
 直接同課 ☎6489・660  
 4。



対いづれも市内在住の60  
 歳以上の人(悠友サロンは  
 市外在住も可。シニア・ウ  
 オーキングは65歳以上の  
 人)。直接申し込む場合は保  
 険証など年齢の分かるもの  
 を持ってきてください。

### 熟年パソコン教室

日程などは左表の通り。時  
 間や料金は教室により異なり  
 ます。

| 教室名              |           | 開始 | 回数 |
|------------------|-----------|----|----|
| エクセルビポットテ<br>ーブル | ワード基礎(初級) | 7  | 2  |
| パソコン基礎           | インターネット   | 12 | 7  |
| エクセル万年家計算        |           | 14 | 7  |
|                  |           | 10 | 7  |

◆パソコン基礎無料体験  
 10月6日(木)午前10時～正午

午後1時30分～3時30分。  
 いずれも尼崎シルバー会館  
 で。対各5人申10月4日から  
 電話でシルバー人材センター  
 ☎6481・3380。

### 悠友サロン

10月10日(月)・11月14日(月)・  
 12月12日(月)午前10時～11時30  
 分、すこやかプラザで、交流  
 の場を。申不要同同プラザ ☎  
 6418・3463(休水曜日)。

### 60代からの男磨き講座

10月13日(木)午前9時45分～  
 11時30分、立花支所で、講話  
 と調理実習を。対男性先20人  
 申10月4日から電話か直接保  
 健所健康増進課 ☎4869・  
 3053。

### 千代木園

休月  
 稲葉荘2丁目24の5  
 ☎6417・9162

### シニア・ウオーキング教室

10月18日～11月15日毎週火  
 曜日午後1時30分～3時。先  
 30人申10月4日から電話か直  
 接同園。

### 鶴の果園

休水  
 東園田町6丁目91の2  
 ☎6491・1085

### 各種講座

朗読ボランティア養成講  
 座)10月22日～11月26日土曜  
 日午後1時30分～3時計5回

(11月26日は1時～2時30  
 分)。先20人(パソコン入門  
 教室)10月24日～12月5日毎  
 週月曜日午後1時30分～3時  
 30分。先8人 ¥1万3500  
 円(楽しく学べるワード学  
 習)10月28日～11月25日毎週  
 金曜日午前10時～正午。先8  
 人 ¥1万円(ちりめんで作る  
 ! 干支飾り(酉) 11月4日  
 (金)・18日(金)・12月2日(金)午前  
 10時～正午。先20人 ¥250  
 0円。いづれも申10月4日か  
 ら電話か直接同園。

### 福喜園

休金  
 南武庫之荘1丁目7の20  
 ☎6436・6230

### シニア・ウオーキングの集い

11月8日(火)(雨天のときは  
 10日(木))午前9時～正午。阪  
 急武庫之荘駅に集合し、昆陽  
 寺(伊丹市)や武庫川コスモ  
 ス園など約6kmを。先100  
 人申10月4日～20日に電話か  
 直接福喜園。

### 総合老人福祉センター

東灘波町4丁目9の25  
 ☎6489・1112

### エクセル基礎学習教室

11月14日～12月12日毎週月  
 曜日午前10時～正午。先12人  
 ¥8000円申10月4日から  
 電話か直接同センター。