

あけぼの

(題字：初心者習字講座 吉原彩雲先生)

2024年4月号

(発行) 労働協同組合ワーカーズクラブ・センター事業団
 手稲さくらセンター(札幌市手稲区手稲2条1丁目2-55)
 〒006-0832 札幌市手稲区曙2条1丁目2-55
 (電話) 011-684-3131
 (FAX) 011-684-3618
 (HP) <http://sapporo-teine.chu.jp/>

ホームページ
 ORCコード
 携帯・スマホで
 読み込んでください



今月の休館日
 29日(月・昭和の日)

発行した内容が変更になった場合、館内掲示・ホームページ・LINE等でお知らせいたします。都度ご確認ください。
 当の間、館内でのマスク着用推奨・換気等は継続いたします。皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

各種講座・イベント等にお申込みの皆様へお願い 《ぜひ「読んでね」》

- ◆ センターでは各種行事および一部講座・教室において、参加人数の制限・事前申込制にて開催しています。
- ◆ 申込期間・募集方法はそれぞれ異なりますので、毎回の募集要項を必ずご確認ください。
- ◆ 事前にお申込みされていない方は当日の参加人数に関わらず入場をお断りいたします。
- ◆ 欠席される場合は必ずセンターまでご連絡ください。無断欠席が続く場合は申込をお断りする場合がございます。
- ◆ 申込時、補欠となった場合は繰り上げとなった方のみ、センターからお電話にてお知らせいたします。(前日までに連絡がなかった場合は、当日お越しいただいても参加できません。)
- ◆ スムーズな補欠連絡：より多くの方にご参加いただくため、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
- ◆ 電話対応は9時～17時までです。受付時間外にお電話いただいた場合はお受け致しかねます。
- ◆ また、センターの電話回線の混雑状況によってはお電話が繋がりにくい場合がございます。ご了承ください。
- ◆ 都合により、募集や開催を急ぎ中止することがあります。窓を開けて換気を行うため、体温調整が必要な方は薄い上着等をお持ちください。

館内の飲食について

ロビーでのみご利用いただけます。席を譲り合ってお使いいただき、隣との距離を十分に保って飲食を徹底してください。また、利用後は周辺の消毒をお願いいたします。
 ※指定された場所以外での飲食は禁止です。

「紙資源回収ボックス」設置のお知らせ

札幌市からの助成により、紙資源回収ボックスを表駐車場の一角に設置いたします。ご利用される際に回収対象の一覧を館内掲示にご確認ください。皆さま是非活用ください。
 ※ 得られた収入は今年度の利用者還元に使われます。

《登録制》「カラオケ講座」課題曲

【今月の課題曲】「湖哀愁」二代 沙也可
 《自由参加》「詩吟講座」課題曲
 【今月の課題曲】「宝船」藤野 君山
 ★詩吟講座は先月以前の曲も練習いたします。

「春の遠足」参加申込受付!!

【日程】5月9日(木) 10時～15時
 【行先】円山動物園
 【定員】20名(先着)
 【受付期間】4月10日(水)～25日(木)
 ※定員になり次第受付終了
 【参加費用】行事保険料 50円(当日納入)
 交通費・昼食代(お弁当を持参する場合は不要)
 【持ち物】動きやすい服装・水分補給できるもの・お弁当やお菓子・敷き物(必要に応じて)・雨具・携帯巾着袋またはスマートフォン(お持ちの方は必ず持参ください)
 令和6年度春の遠足は「円山動物園」に決定!円山第一鳥居から徒歩で動物園まで向かいます。昨年誕生したゾウにも会えるかも、詳しくは館内ポスターをご覧ください。

事前申込が必要な「自由参加講座」教室について

【申込方法】窓口のみで受付いたします。(電話不可)
 参加希望の講座または教室名・氏名・電話番号・利用登録番号を受付簿に記入してください。

講座・教室名	開催日	受付開始日	定員	会場
●入門太極拳 13時～15時	4月1日(月)	3月22日(金)	25名	1階 多目的室
●★ゆっくりストレッチ 13時30分～14時40分	①4月8日(月) ②4月22日(月)	3月27日(水)	30名	1階 多目的室
●ボクシングエクササイズ&ヨガ 13時30分～14時30分	4月24日(水)	4月18日(木)	25名	1階 多目的室
★脳スッキリ体操 13時30分～14時30分	①4月3日(水) ②4月17日(水)	3月25日(月)	20名	1階 大広間
●★ダンスエアロ 13時30分～14時30分	①4月2日(火) ②4月16日(火)	3月22日(金)	25名	1階 多目的室

「脳スッキリ体操(運動強度：弱～中)」 「ボクシングエクササイズ&ヨガ(運動強度：強/偶数月のみ開催)」は令和6年度からの新規開講の教室です。
 【持ち物】水分補給できるもの・汗拭きタオル・マスク・●室内用運動靴
 《ご確認ください》
 ◆ 急な中止・延期・日程の変更等については、随時ホームページやお電話・公式LINEにて随時ご確認ください。
 ●参加には「室内用運動靴」が必要です。 ★一人につき1回のみ申込可能

お茶の間めぐり 登録者募集中!

【日程】毎月第4木曜日 13時～14時45分
 【参加費用】毎回200円(お茶・お菓子代/当日納入)
 みんなで集まるとの茶話会「お茶の間めぐり」に参加してみませんか?事務室にて登録受付中!

春の交通安全教室

～防犯・高齢者の交通事故 要注意ポイントについて～
 【日程】4月12日(金) 10時30分～11時30分
 【会場】1階 大広間
 【定員】20名(先着) ※定員になり次第受付終了
 【受付期間】3月29日(金)～前日まで
 徐々に暖かくなつて外出の機会も増えてきますが、特に気を付けたいのが交通事故です。今年も元気に活動していくため、是非ご参加ください!



ロビーに新しい飲食用テーブルが設置されます!

令和5年10月に開催した「ろっくく秋まつり」内のフリーマーケット収益から、1階ロビー用に新しいテーブルを購入し、3月下旬を目途に設置する予定です。
 今までのテーブルよりも更に使いやすいものだと思いますので、皆さんのご飲談やご飲食等で是非ご利用ください。



生活健康講座① 「高齢者施設の種類の種類・上手な探し方」

【日程】4月5日(金) 10時～11時 / 質問時間 11時～11時30分
 【会場】1階 大広間
 【定員】20名(先着) ※定員になり次第受付終了
 ★専用の申込用紙に必要事項を記入してください。
 【受付期間】3月21日(木)～前日まで
 【講師】株式会社Simazu代表取締役 高野 響子先生

特別養護老人ホーム、グループホーム、介護老人保健施設…色々な種類のある「高齢者施設」について、いざ探す時は「なにに相談したらいいの?どんなサービスがあるの?どんな方が対象の施設?生活スタイルのイメージが知りたい…」聞きづらい「予算のこと」などなど、気になるけど中々聞けないお話を専門のスタッフさんに聞いてみませんか?
 講話の後は質問の時間を設けますので、お話の中で聞けなかったことについて是非お聞きしてみてください。

◆ 時間に限りがありますので、講話内容に無関係な質問は「遠慮ください。場内によってはスタッフからお声かけをさせていただく場合があります。」

生活健康講座② 「チョコワートの世界へようこそ」

【日程】4月9日(火) 13時～14時
 【会場】1階 多目的室
 【定員】50名(先着) ※定員になり次第受付終了
 【受付期間】3月26日(火)～前日まで
 【講師】(株)明治 管理栄養士

身近な食べ物であるチョコワート、その原材料である力カオに含まれている「ポリフェノール」について、(株)明治の管理栄養士さんにお越しいただいて、実際どんな効能があるのか、上手な取り入れ方等について詳しくお話いただきます。

軽食&スイーツ、コーヒー販売 はじまります!

【日程】毎月第2月曜日 11時～13時30分頃 (無くなり次第終了)
 札幌市障がい者協働事業「後路まち」くりテラス和氣藍々(わかあいらい)にごよおに「ぎり等の軽食、シフォンケーキ・プリン等のスイーツ、コーヒーの販売が2月から始まりました。
 お持ち帰りもOK!ロビーでゆっくりお話し上がりいただくとお出ます。
 是非ご利用ください!



「パン工房ひかり」さんの美味しいパンはいかがですか?

【日程】毎月第3金曜日 11時30分～13時頃 (無くなり次第終了)
 東区にあるパン屋さん「ひかり」が、右記日程・センターのロビーにて美味しいパンの販売のため来館しています!時々、焼き菓子や大福などもありますので、是非チェックしてくださいね!