

# 里塚・美しが丘地区センター ニュース5月号



【令和3年(2021年)5月号】作成日 4月15日

指定管理者 特定非営利活動法人 ワーカーズコープ  
〒004-0802 FAX 011-792-0444  
TEL 011-888-5005  
MAIL satomi@arrow.ocm.ne.jp



北海道胆振東部地震により被災・避難された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。被災された皆さまが平穏な日々を取り戻されますようお祈り致します。

「がんばろう！清田」「がんばろう！北海道」

札幌市リサイクルプラザの出張講座

## 簡単！包丁研ぎ教室

【日時】6月1日(火)

- ①10:30~11:30
- ②13:00~14:00
- ③15:00~16:00

※①~③から希望される時間帯をお選びください。

【定員】各回5名<先着>

【参加費】200円(傷害保険料含む)

【申込】5/11 10:00~(先着)

【会場】里塚・美しが丘地区センター

【持物】包丁1本・エプロン・筆記用具  
雑巾2枚・ビニール袋

【申込先・お問い合わせ】

札幌市リサイクルプラザ

671-4153 (10~18時・月休)



※里塚・美しが丘地区センターでの受付はできません。  
お間違えの無いようお願いいたします。

## アンケートのご協力 ありがとうございました

令和2年度利用者アンケートは259部の回答をいただきました。多くの皆さまにご協力賜りましたこと、厚くお礼申し上げます。なお、アンケート集計結果につきましては、**地区センターに**掲示していますのでご覧ください。

## 第1回 高齢者のための いきいき健康講座

6月4日(金) 10:30~11:30

- 定員 20名(先着) ●費用 無料です
  - 対象 清田区内にお住いの65歳以上の方
  - 申込 5/14~5/31 (9時~20時)の期間に電話か窓口まで
  - 内容 からだにやさしいヨガ体験、お家でできるカンタン体操など
- ※マスク着用・動きやすい服装・飲み物要  
会場にて体温測定があります。

優しいヨガで健康増進を  
めざしましょう！



ヨガインストラクター WAKANA

## みんなおいでよ！「さとみ食堂」

新型コロナウイルス感染拡大防止のため  
テイクアウトになります(申込制)

【開催日】6月19日(土) 12:00~13:00

- 🍓費用 こども(高校生以下)100円 おとな 300円
- 🍓対象 清田区内にお住まいの方、またはお勤めの方
- 🍓申込み 5/15~6/15の期間に

電話又は窓口まで

- ※アレルギーには対応していません。あらかじめご了承ください。
- ※ご来館の際はマスクを着用して下さい。
- ※メニューは未定です。

食材の提供  
大歓迎！



イラストはイメージです

## 忘れ物・落とし物はありませんか？

今年は新型コロナウイルス感染症を考慮し、令和2年4月~令和3年3月までの間にお預かりした、忘れ物・落とし物の展示を控えさせていただきます。なお、お心当たりのある方は5月末日までに事務所窓口までご連絡ください。期限を過ぎると処分させていただきます。

- 掲載のイベント・講座のお申込み、お問合せは当ニュース上部に記載の連絡先まで  
里塚・美しが丘地区センター 清田区里塚2条5丁目1-1 (会場は全て当センターです。)
- ※ 駐車場には限りがございます。公共交通機関のご利用、乗り合わせにご協力ください。
- ※ イベントや講座の内容は変更または中止になる場合がございます。ご了承下さい。
- ※ コロナウイルス感染拡大防止の為、ご来館時は必ずマスクを着用してお越しください。

第2弾

トップアスリートから速く走るコツを学ぶ

# 速く走るコツ講座

5月22日(土)

①10:00~11:00

②11:30~12:30

【定員】各20名(先着)

【対象】①小学1、2年生

②小学3、4年生

【受講料】600円※納入後の返金は出来ません

【持ち物】運動靴・タオル・飲み物・マスク

【申込み】5/11~5/18

9時~20時に電話か窓口まで

## 【講師紹介】

北風 沙織 (きたかぜ さおり)

- 女子100m 中、高、大の各カテゴリーで全国優勝
- アジア大会、世界陸上、世界ユル-出場
- 4×100mユル-日本記録 100m 11秒42 日本歴代6位



運動会で最速を目指そう!

# 背せほね骨 コンディショニング体験

6月5日(土)・12日(土) 10:00~11:30 全2回

背骨コンディショニングは背骨のゆがみを整え、腰痛、肩こり、膝の痛み、内臓の不調を改善する運動プログラムです!

基本的に寝そべて行う体操が多くなっています。

対象	年齢は問いません
講師	(一社)背骨コンディショニング協会 認定スペシャリスト 作業療法士 鈴木 諒
定員	15名<先着>
受講料	1,500円(全2回) ※受講料納入後の返金はできません
持ち物	ヨガマット又はバスタオル スポーツタオル(ストレッチで使用) 飲み物・動きやすい服装
申込み	5/13~5/28の期間に電話か窓口で お申し込みください(9時~20時)

## 子育てサロン

※ごまちゃんサロンとカンガルーポケットの開催は6月からの予定です。

## 図書カウンター ご案内

図書室はありません

予約図書の受取りと借りた図書の返却ができます。

- ご利用時間  
午前9時~午後5時  
※但し、時間外でも返却図書は事務所受付でお預かりします。
- 図書窓口・検索機の休日  
毎週月曜日・祝日  
地区センター休館日

さとみ文庫

2階ラウンジの閲覧コーナーや~いこいの本棚~さとみ文庫をどうぞご利用下さい。

パク先生の

# 韓国語 入門講座

5/19・5/26・6/2・6/9(水)

10:00~12:00 全4回

- 受講料 2,000円(テキスト代込み)  
※受講料納入後の返金はできません
- 定員 10名(先着順)
- 申込み 5/11~5/18の期間に電話か窓口でお申込みください(9:00~20:00)

韓国文化のお話も交えて、初歩から楽しく学べる韓国語の講座です。

## 【講師紹介】

朴 武鉄 박무흔(パクムフン)

韓国で高校の教師を務めた後、来礼し、北海道大学大学院修了。

現在は札幌市各区にて、

韓国語と韓国文化を広げる講座を主宰



無料

## 道民カレッジ連携講座

みんなの茶の間

# オープンカレッジ

毎月、人生設計や金融経済をテーマにわかりやすいお話を聞きます。

日時 6月14日(月) 10:30~12:00

6月のテーマ「今すぐ役立つお金と暮らしの知恵」

講師：北海道金融広報AD 岡嶋 宏明 氏

- 会場 里塚・美しが丘地区センター
- 定員 10名(先着)
- 対象 清田区内にお住いの方
- 申込み 5/11~6/12の期間に電話・FAX・メールまたは窓口でお申込下さい(9:00~20:00)

開放事業の予定

ふれあい開放  
日曜日9~17時

卓球開放  
毎週火曜日午後

ミニバレー開放  
毎週木曜日夜間

5/5までの開放事業はすべて中止となります。それ以降についてはお問い合わせいただくか、ホームページにてご確認ください。

貸室予約が入ると中止になります。開催は前日9時に決定です。ふれあい開放は、中止が多い場合、祝日や土曜日に振替えて開催することがあります。

## さとみラジオ体操会

土・日・祝を除く平日の  
毎朝8:30より開催中!

## みんなの茶の間

自由に手芸を楽しむサロンです  
開催時期は未定。

## 囲碁・将棋

新型コロナウイルスの感染拡大防止の為に、現在中止しています。

今年は雪解けが早く、各地での桜の開花も例年より早いですね。この春、地区センターでは多くの講座がスタートします。昨年できなかったものも感染予防を行いながら開催する予定です。興味のあるものがありましたら、ぜひ、お問い合わせください!