

里塚・美しが丘地区センター



ニュース 3月号

【令和6年(2024年)3月号】作成日 2月16日

指定管理者: 労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

(TEL) 011-888-5005

(FAX) 011-792-0444

(MAIL) satomi@arrow.ocn.ne.jp



<https://www.satomicc.com/wp>
<https://twitter.com/satomicc3103>
<https://www.facebook.com/satomicc3103/>
ID @156fqclk (エフ・キュー・エル・シー・ケー)



～令和5年度に開催された講座・イベント～



運動会に合わせ、プロのアスリートから速く走るコツを学びました。



4月「速く走るコツ講座」

ご家庭にある切れ味の悪くなった包丁を自分の手で復活!!

5月「包丁研ぎ講座」



脳卒中の危険性や日常生活で気を付けることなど学びました。



7月「さとみ医療講座～脳卒中について～」↑
「夏のつながるフェスタ2023」↓

15周年記念大抽選会で大盛り上がり!



8月夏休み子ども工作講座「ストーンペイント体験」



9月「トーンチャイムコンサート」

9月～11月は秋にちなんで芸術やスポーツのイベント、講座が多く開催されました。



10月「秋のミニミニふれあい芸術祭」

身近な人が認知症になった場合の対処法や心構えなど学びました。



11月上旬「認知症サポーター養成講座」

おうちで簡単に作れる美味しいスープカレーの作り方を地元人気店のプロに教えてもらいました。

11月下旬「スープカレー講座」

今年のキャンドルナイトでは地域の子供達がハンドベルの演奏を披露してくれました。



1月「スノーキャンドルフェスタ2023」



■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 掲載されている会場は全て当センターです。
※イベントや講座の内容は予告なく変更、中止になる場合があります。ご了承ください。
※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。

～サークル紹介～

◇ミュージックベルサークル

◆活動日

- ①第1・第3 水曜日 10時～11時30分
- ②第2・第4 水曜日 13時～14時30分
- ③第2・第3 水曜日 14時～16時15分

◆金額 4,000円

トーンチャイムとハンドベルのサークルです。
詳しくは地区センターまで
お問い合わせください。

◇Liella(リエラ)ヨガサークル

◆活動日 月3回 / 火曜日

- 1部 9時～10時
- 2部 10時30分～11時30分

◆持ち物

ヨガマット(大き目なバスタオルでも可)

初心者さん大歓迎!

運動不足の方や姿勢の改善にもおすすめ!
ダイエット効果のほか、自律神経が整うので
リラックス効果もあります
詳細は地区センターにお問い合わせください。



「さとみ食堂」

限定
40食
(先着)

食材の提供
大歓迎!

4月20日(土)12時～13時

地区センターでのお召し上がりとなります(申込制)

【申込み】3/16～4/17の期間に電話または
窓口でお申し込みください。

【費用】おとな 300円
こども 100円(高校生までOK)
小学生以上は、子供のみでも参加できます。

※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。



2階ラウンジの閲覧コーナー
～いこいの本棚～ さとみ文庫を
どうぞご利用下さい。貸出もしています。

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可能。
※札幌市の図書に限ります。

●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・祝
地区センター休館日

～さとみCafe～

平日10時30分から13時30分頃迄

絶賛好評営業中!

出店希望者も随時募集中!

お気軽にお問い合わせください。

館内定期清掃のお知らせ



3月19日(火)20日(水)は、
館内ワックス清掃の為、
貸室・ラウンジの一部が利用不可となります。
ご迷惑をおかけしますが、
ご理解の程よろしくお願いたします。

道民カレッジ連携講座

無料!

みんなの茶の間 4月8日(月)
オープンカレッジ 10時30分～12時



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。



4月のテーマ 「デフレとインフレ」

講師:北海道未来ネット 有田 宏氏

- ◆定員:10人(先着)
- ◆対象:区内にお住まいかお勤めの18歳以上の方
- ◆申込:3/11より電話・FAX、メール・窓口にて
お申し込みください。



子育てサロン

【10時～11時30分】

月曜
ごまちゃんサロン

木曜
カンガルーポック



3/4・11・18



3/7・14・21
4/11



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!

無料開放のご案内(予定)

| ふれあい開放 日/祝 午前/午後 | ミニバレー開放 月曜 夜間 | 卓球開放 火曜 午後 |
|---------------------|--|--------------------|
| 3/10・17・31 4/7 | 3/4・11・18・25 4/1・8 | 3/5・12・26 4/2・9 |
| 囲碁開放 水曜 午後 | 貸室予約が入ると中止になります。 開放の有無は前日の朝9時に確定。 ふれあい開放は、中止が多い場合、 土曜日にも振替えて開催することが あります。詳細はお問合せ下さい。 | |
| 3/6・13・27 4/3・10 | | |

年を取る毎に時間の流れが段々と早く感じ、昨年
日本中が熱狂したWBCから、もう1年経ったのかと
驚きを隠せない今日この頃。地区センターニュース
をご覧の皆さまいかがおすごでしょうか。

地区センターでは2月現在、2024年度の講座、
イベントを絶賛計画中。決まり次第ホームページや
地区センターニュースなどでお知らせしますので、
楽しみにお待ちください。

スタッフの
つぶやき

