

あにまーと 2月号

～いきいきと～ 2025



・休館日・ 2/11 (火) (建国記念の日祝)・24 (月) (天皇誕生日祝)の振替日

・自由参加・講座

講座名	講座日	時間	場所
社交ダンス	火 18、25	10:00~11:30	4階 大研修室
椅子ヨガ	火 18、25	13:30~14:30	
コントラクトブリッジ	土 1、8、15、22	13:00~15:00	工芸室
ブリッジの基本	土 1、8、15、22	13:00~15:00	教養講座室
フラダンス	月 10	13:00~14:30	大広間
日本舞踊(西崎流)	木 6	10:00~11:30	
和クササイズ	木 6	12:30~14:00	
日本舞踊(泉流)	金 14、28	13:00~14:30	

・浴室利用日・(○印)

【入浴料¥200】

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 祝日	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 祝日	25	26	27	28	

入浴時間

- ①13:00~13:40
- ②13:50~14:30
- ③14:35~15:15
- ④15:20~16:00

※人数制限 6名※

●「入浴料金改定のお知らせ」●

改定日：2025年(令和7年)4月1日(火)~

新料金：入浴1回 250円

改訂理由：「昨今の物価高騰による人件費や燃料費などの増加を踏まえ、札幌市の条例が改正され、使用料が改定されることとなったため」

皆様のご理解のほどよろしくお願いいたします。

●令和7年度 定員制教養講座●

受講生募集がスタートします!!

★申込期間：2月10日(月)~2月21日(金)

★抽選日：3月5日(水)

★詳細につきましては、裏面をご確認ください。

・健活事業・講座 (自由参加)

講座名	講座日	時間	場所
介護予防教室 カーリンコン	火 18	13:00~15:00	4階 視聴覚室
	水 26	13:00~15:00	4階 大研修室

・定員制・講座

講座名	講座日	時間	場所
大高先生の スッキリ体操	月 3、17	①13:00~14:00 ②14:20~15:20	大広間
はじめてのヨガ	火 25	13:30~14:40	
サルサステップ	火 4、18	13:00~14:30	
皮革工芸	火 4、18、25	10:00~11:30	工芸室
たのしいお花	火 4、18	13:00~14:30	
オカリナ	木 13、27		
絵手紙	金 14、28		
水彩画	金 7、21		
大正琴	木 6、13、20	10:00~11:30	教養講座室

★短期集中★講座 (定員制)

講座名	講座日	時間	場所
背骨 コンディショニング	木 13、20	10:00~11:30	大広間

サークル名	講座日	時間	場所
卓球	火水木	該当日 ※19日は、 お休みです※	15:00~ 17:00
	土	1、15、22	13:00~ 17:00
	日	2、9、23	
カラオケ	月	17	10:00~ 15:00
	土	8	10:00~ 15:00
	日	16	

≪介護相談≫

・日時：毎週金曜日 13時~16時

・場所：3階 社会福祉協議会 事務所内

※上記の時間内は電話での相談も可能です。

電話番号 011-614-1006

『札幌認知症の人と家族の会』による介護に関する相談を行っております。お気軽にご相談ください。



令和 7 年度 中央老人福祉センター
【定員制教養講座】
 ～ 募集のお知らせ ～

	講座名	開講日	時間	定員
文化系	皮革工芸	第1・2・3 火曜日	10 時～11 時 30 分	12 名
	たのしいお花	第 1・3 火曜日	13 時～14 時 30 分	12 名
	大正琴	第1・2・3 木曜日	10 時～11 時 30 分	12 名
	オカリナ	第 2・4 木曜日	13 時～14 時 30 分	12 名
	水彩画	第 1・3 金曜日	13 時～14 時 30 分	16 名
	筆もじ	第 2・4 金曜日	10 時～12 時	10 名
	絵手紙	第 2・4 金曜日	13 時～14 時 30 分	16 名
運動系	大高先生の スッキリ体操	第 1・3 月曜日	① 13 時～14 時 ② 14 時 20 分～15 時 20 分	各回 25 名
	サルサステップ	第 1・3 火曜日	13 時～14 時 30 分	20 名
	はじめてのヨガ	第2・4火曜日	13 時 30 分～14 時 40 分	18 名
	椅子で行う健身操	第 1・3 水曜日	10 時～11 時 30 分	28 名

- ▽ 対 象 札幌市内にお住まいの60歳以上の方【昭和40年(1965年)4月1日までに生まれた方】センターに通うことが可能で、令和7年4月から令和8年3月まで、1年間受講できる方
全講座とも初心者対象です(初心者の方、または習いはじめの方)
- ▽ 受 講 料 無 料 (※教材費は実費負担)
- ▽ 会 場 社会福祉総合センター内 2 階 中央老人福祉センター(大通西 19 丁目1-1)
- ▽ 受 講 文化系・運動系、それぞれ 1 つだけの受講となります。
- ▽ 申込期間 令和7年 2 月 10 日(月)～2 月 21 日(金) 9 時～16 時
- ▽ 申込方法
 - ・ 上記期間内に、センター利用登録証又は、健康保険証などの年齢、住所を証明できるもの(併せて緊急時連絡先の電話番号をお知らせください)をご持参の上、センター受付で本人が直接お申し込みください(電話、FAX、代理人は不可)
- ▽ 抽選方法
 - ・ 申し込みが定員を超えた場合は抽選を行います。
 - ・ 先着順ではありませんので、期間内に申し込みいただいた方を対象として抽選を行います。
 - ・ 抽選時の優先順位に関してはセンター掲示をご覧ください。
- ▽ 当選発表
 - ・ 令和 7 年 3 月 5 日(水) 13 時 30 分～ ロビーにて公開抽選
- ▽ 当選手続き
 - ・ 当選者の発表は、抽選終了後、当センター2階ロビーに掲示します。ホームページへの掲載も3月5日(水)からとなります。
 - ・ 結果は各自でご確認ください。
電話で確認される場合は、抽選翌日 10:00～16:00 の対応となります。
 - ・ 当選された方は、3月5日(水)から3月21日(金)16:00までに受付にて受講手続きを行ってください。その際に、『初回講座案内』をお渡しいたします。