

# 中央老人福祉センターだより

# あにまーと

～いきいきと～

SAPPORO

## 2025 4月号

【発行】札幌市中央老人福祉センター  
 【指定管理者】社会福祉法人札幌市社会福祉協議会  
 【住所】〒060-0042 札幌市中央区大通西19丁目1-1  
 【TEL】011-614-1001 【FAX】011-614-5309  
 【発行日】令和7年(2025年)3月25日(火)  
 【ホームページ】[札幌市中央老人福祉センター](#)



中央老人福祉センター  
QRコードはこちら

**【休館日】**  
**4月29日(火) 昭和の日**

下記定員制講座は、4月～3月迄1年間の講座です。毎年2月が定員制講座受講生申込み期間です。途中参加は出来ませんのでご了承ください。

### 運動系定員制講座

講座名	曜日	講座日	時間	場所
大高先生の スッキリ体操	月	7・21	①13:00~14:00 ②14:20~15:20	大広間
サルサステップ	火	1・15	13:00~14:30	
はじめてのヨガ	火	8・22	13:30~14:40	
椅子で行う健身操	水	2・16	10:00~11:30	

### 文化系定員制講座

講座名	曜日	講座日	時間	場所
皮革工芸	火	1・8・15	10:00~11:30	工芸室
たのしいお花	火	1・15	13:00~14:30	
オカリナ	木	10・24	13:00~14:30	
水彩画	金	4・18	13:00~14:30	
絵手紙	金	11・25	13:00~14:30	
大正琴	木	3・10・17	10:00~11:30	教養講座室
筆もじ	金	11・25	10:00~12:00	

### 自由参加講座

受講期間はありません。  
いつからでも自由に参加できます。

講座名	曜日	講座日	時間	場所
楽しいミニブリッジ	火	8・15・22	10:00~12:00	教養講座室
社交ダンス	火	8・15	10:00~11:30	4階大研修室
椅子ヨガ	火	15	13:30~14:30	
フラダンス	月	14・28	13:00~14:30	大広間
日本舞踊(西崎流)	木	10	10:00~11:30	
和クササイズ	木	10	12:30~14:00	
日本舞踊(泉流)	金	11・25	13:00~14:30	

### 健活事業講座

受講期間はありません。  
いつからでも自由に参加できます。

講座名	曜日	講座日	時間	場所
カーリンコン	火	15	13:00~15:00	4階視聴覚室
	金	25		4階大研修室

### 【卓球開放日】

17日(木)はお休みです



曜日	利用日	時間	場所
火曜日	1.8.15.22	15:00~17:00	大広間
水曜日	2.9.16.23.30		
木曜日	3.10.24		
土曜日	5.19.26		
日曜日	6.13.27	13:00~17:00	



ラケットをご持参のうえ  
自由にご参加ください!

### 【カラオケ】自由参加となります

曜日	利用日	時間	場所
月曜日	7	10:00~15:00	4階大研修室
土曜日	12		大広間
日曜日	20		

### 職員紹介 (4月1日付)

事務職員：玉森 和総

受付職員：池尻 由美

事務職員：荒 正和 長生園へ異動

よろしくお願ひします



### 令和7年度 中央老人福祉センター便り あにまーとについて

◆今年度より両面印刷での発行とさせていただきます。お間違えないようお願いいたします。  
◆なお、発行日に変更はありません。



