



東老人福祉センターだより

6月号

SAPPORO

【発行】札幌市東老人福祉センター

【指定管理者】札幌市社会福祉協議会

【住所】〒007-0841 札幌市東区北41条東14丁目1-1

TEL: 741-1000 FAX: 753-5840

【発行日】令和6年(2024年)5月21日(火)

〈次回発行予定日〉: 6月21日(金)

札幌市東老人福祉センター

検索



下記定員制講座は、4月～3月迄1年間の講座です。2月に運動系・座学系講座の募集を行います。(カーリンコン後期は8月に募集します)

6月講座予定日

【休館日】

6月の休館日はありません

【座学系定員制講座】

教養講座室・工芸室

講座名	開講予定日	曜日	時間
皮革工芸	3・10・17	月	10:00～12:00
オカリナ	3・17	月	10:00～11:30
編物	10・24	月	10:00～12:00
アートフラワー	5・19	水	10:00～12:00
ペン習字	5・12・19	水	13:00～15:00
絵手紙	13・27	木	10:00～12:00

【運動系定員制講座】

大広間

講座名	開講予定日	曜日・コース	時間
カーリンコン(前期)	11・25	第2.4火	10:00～12:00
健美操	6・20	第1.3木	1コース 13:00～14:10
	6・20		2コース 14:20～15:30
	13・27	第2.4木	3コース 13:00～14:10
	13・27		4コース 14:20～15:30
やさしいヨーガ	7・21	第1.3金	Aコース 10:00～10:50
	7・21		Bコース 11:00～11:50
	14・28	第2.4金	Cコース 10:00～10:50
	14・28		Dコース 11:00～11:50

【自由参加講座】

大広間

講座名	開講予定日	曜日	時間
日本舞踊 翔扇寿啓先生	10・17・24	月	13:00～15:00
演目「花と竜」 持物：傘、長めの手ぬぐい			

【自由参加講座】

多目的室

講座名	開講予定日	曜日	時間
フラダンス (4月から自由参加)	5・19	第1.3水	13:30～14:45

【健康生活応援事業】

多目的室

講座名	開講予定日	曜日	時間
大高先生の 演歌体操教室	7・21	第1.3金	1部 9:30～10:30
			2部 10:45～11:45

【健康生活応援事業】

大広間

講座名	開講予定日	曜日	時間
椅子で行う 健身操	4・11・18	第1.2.3火	13:30～14:30
ふまねっと	5・26	第1.4水	10:00～11:30
椅子ヨーガ	6・20	第1.3木	10:30～12:00

【卓球の出来る日】(午前)9:00～12:00

(自由参加)

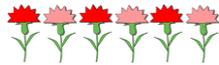
(午後)13:00～16:00



曜日	利用日	曜日	利用日
月曜日	3・10・17・24	木曜日	6・13・20・27
火曜日	4・11・18・25	日曜日	2・9・16・23・30

※令和6年1月より、各曜日午後に初心者コースを設けました。

初めての方のご参加お待ちしております。



お知らせ



【健康ウォーク歩こう運動】

主催:栄東連合町内会女性部

～中島公園散策とKitara見学🌸～

- ◆日時：6月20日(木) 午前9時集合
- ◆集合場所：日の丸会館前（東区北41条東14丁目）
- ◆内容：栄町駅から中島公園駅まで地下鉄で移動後、中島公園内の散策・札幌コンサートホールKitara見学ツアー（1時間程度）を行います。（小雨決行）
- ◆当日の服装・持ち物：運動しやすい服装・運動靴・帽子・敷物・昼食・交通費（実費）
- ◆参加料：無料（事前の申込は不要です）



男性の方もご参加いただけます！

◆お問合せ 栄東まちづくりセンター (☎711-2203)



運動系講座の受講資格の取消について

下記の講座について、以下の場合は受講資格を取消させていただきます。

- ・健美操講座【1～4コース、受講期間1年間】
- ・やさしいヨガ講座【A～Dコース、受講期間1年間】
- ・カーリンコン講座前期【受講期間6ヶ月】
- ・大高先生の演歌体操教室【1、2部、受講期間1年間】
- ・ふまねっと前期【受講期間6ヶ月】

取消条件

- ・無断欠席が3回ある方（上記全講座共通）
- ・連絡の有無に関わらず、下記の時点で出席率が5割に満たない方

カーリンコン講座、ふまねっと ⇒ 6月末時点

健美操講座、やさしいヨガ講座、大高先生の演歌体操教室⇒6、9、12月末時点

健美操講座、やさしいヨガ講座、カーリンコン講座については令和6年度の開講の際に説明しておりますが、再度お知らせします。

受講期間が半年以上ある演歌体操教室とふまねっとは、今回新たに追加しました。

※ 上記講座の募集の際にはたくさんの応募があり、補欠にて順番待ちをしている方が多くいますので、ご理解くださるようお願いいたします。

【入浴について】入浴料：1回200円

◆完全入替制 券売機で券を購入してください

男性・女性各6名ずつ入浴できます。

来館時に受付で整理券をお受け取りください。



★1回目 13:00～13:50

☆2回目 14:00～14:50

★3回目 15:00～15:50

※入替時に共用部の換気、消毒を行います。

黙浴
にご協力ください

◎お電話でのご予約は出来ません。

◎浴室での大声での会話はお控えください。

【6月入浴日】

○が入浴日です

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	18
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29