

東老人福祉センターだより

2025年

1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)12月20日(金)

〈次回発行予定日〉: 令和7年1月21日(火)

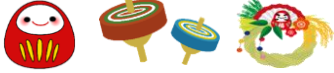
札幌市東老人福祉センター

検索

あけましておめでとうございます!

本年も、皆様にご利用しやすいセンターを目指して、職員一同努力してまいります。

昨年に引き続き当センターご利用の程、お願い申し上げます。



1月講座予定日

【休館日】

年始休み1月1日(水)~3日(金)
13日(月)成人の日

【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	6・20・27	月	10:00~12:00
オカリナ	6・20(A講座室)	月	10:00~11:30
編物	20(B講座室)・27	月	10:00~12:00
アートフラワー	15・29	水	10:00~12:00
ペン習字	8・15・22	水	13:00~15:00
絵手紙	9・23	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(後期)	14・28	第2.4火	10:00~12:00
健美操	16・30	第3.5木 1コース	13:00~14:10
	16・30	第3.5木 2コース	14:20~15:30
	9・23	第2.4木 3コース	13:00~14:10
	9・23	第2.4木 4コース	14:20~15:30
やさしいヨーガ	17・31	第3.5金 Aコース	10:00~10:50
	17・31	第3.5金 Bコース	11:00~11:50
	10・24	第2.4金 Cコース	10:00~10:50
	10・24	第2.4金 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 花柳喜泉二郎先生	6・20・27	月	10:00~12:00
演目「お吉傘」持物：傘・扇子・腰ひも1本			

【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)	15・29	第3.5水	13:30~14:45

【短期講座】

教養講座室

講座名	開講予定日	曜日	時間
書道体験	8・22	第2.4水	10:00~12:00

【健康生活応援事業】

大広間

講座名	開講予定日	曜日・コース	時間
代謝アップ体操	6・20・27	第1.3.4月 1部	13:00~14:10
		第1.3.4月 2部	14:20~15:30
ふまねっと(後期)	8・29	第2.5水	10:00~11:30
椅子ヨーガ	9・23	第2.4木	10:30~12:00

【健康生活応援事業】

多目的室

講座名	開講予定日	曜日・コース	時間
大高先生の演歌体操教室	10・17	第2.3金 1部	9:30~10:30
		第2.3金 2部	10:45~11:45

【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	6・20・27	木曜日	9・16・23・30
火曜日	7・14・21・28	日曜日	5・12・19・26

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



【椅子で行う健身操】2・3月期受講生募集

いつまでも若々しく、ハツラツとした体を保つ運動です。呼吸法やストレッチで全身のバランスを整え、血液の流れを良くしていきましょう。初心者の方も安心してご参加ください！

1. 日 時: 2月・3月の原則第1・2・3火曜日 2/4、18、25 3/4、11、18 13:30~14:30
2. 会 場: センター2階 大広間
3. 講 師: センター健美操講師 藤井 祥子氏
4. 持ち物: 飲物、汗拭きタオル、動きやすい服装
5. 定 員: 30名 令和6年度健美操講座受講生は申込み出来ません。
6. 申込期間: 令和7年1月6日(月)~20日(月)
7. 申込方法: センター窓口で直接お申込みください
8. 抽 選: 令和7年1月28日(火)11:00~ロビーで行います



☆当選された方は、初回2月4日(火)の講座時間にお越しください。事前の手続き等はありません。

《令和7年度の講座募集について》

・定員制教養講座(運動系・座学系)は2月から募集を行います。

申込期間 令和7年2月3日(月)

~2月21日(金)



講座の種類・内容等の詳細については1月21日発行予定のセンター便り2月号に掲載します。(同時に館内掲示もします)

・健康生活応援事業(ふまねっと、演歌体操等)は3月に募集を予定しています。

【図書購入希望アンケート】始まります

☆アンケート実施期間

令和7年1月14日(火)~31日(金)



今年度もアンケートを実施いたします。読みたい本がありましたら、アンケート用紙にご記入下さい。(用紙は図書室と受付に置きます。)なお、希望図書をすべて購入することは、お約束致しかねますので、予めご了承願います。(古い本は在庫が無いことが多いため、発売日が2021年「令和3年」以前の本は購入いたしません。)

※新規購入図書の貸出しは4月からになります。

《老人福祉センターアンケートのお知らせ》

利用者皆様の意見・要望・満足度を把握し、より良い老人福祉センターとするためのアンケートを今年度も実施します。

アンケート実施期間

令和7年1月20日(月)~2月3日(月)

皆様のご協力よろしくお願ひします。



【新春ガラポン抽選会】開催します！

☆期間: 令和7年1月20日(月)~24日(金)

☆会場: 1階ロビー

期間中の12時30分~13時の間にロビーでガラポン抽選会を行います。

どなたでもその場で参加できます。(1人1日1回)

..素敵な商品をゲットしましょう！

【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。

◎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。



黙浴
にご協力ください

【1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	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	