

あけぼの

(題字) 書道サークル 工藤さん

二〇一八年 九月号
 (発行) NPO法人ワーカーズコープ
 手稲さちかセンター
 (郵便番号) 〇〇六〇八三三
 (住所) 札幌市手稲区曙二条二丁目一五五
 (電話) 〇一六八四三三三
 (FAX) 〇一六八四三六二八
 ホームページ: <http://sapporotaine.web.fc2.com/>

今月の休館日
 今月の休館日は、
 十七日(月) 敬老の日
 二十四日(月) 秋分の日
 振替

歌いま唱歌
 【日 時】九月五日(水)・十二日(水) 十九日(水)
 午前十時～午前十一時三十分
 【会 場】一階 大広間 *「美しき日本のうた」を使用



後期定員制きっかけづくり講座
募集のお知らせ

講座名	回数	曜日	時間	定員	期間
ハワイアンキルト入門*1	月2回	月	10:00~12:00	8名	10~2月
初心者パソコン *2・3	月4回	火	13:00~15:00	6名	10~3月
パソコン入門 *2・3	月4回	木	13:00~15:00	6名	10~3月

【受付期間】平成30年9月3日(月)~16日(日) 【受付時間】9:30~16:30
 【抽 選 日】平成30年9月18日(火) 午前9:20~ 1階ロビーにて
 【確認期限】平成30年9月30日(日) 17:00まで
 【受 講 料】無料(教材費は別途必要)
 【対 象】①札幌市内在住の60歳以上の方 ②新しい趣味のきっかけをお探しの方
 ③同一名講座の受講歴がない初心者の方(過年度パソコンは全て同一です)
 【申込方法】氏名・住所・生年月日を証明できる(利用登録証・運転免許証・健康保険証)
 をお持ちの上、受付期間・受付時間内に本人が来館して直接申込み
 *1完全初心者向け・グループレッスン 経験者及び個別指導をご希望の方は不可
 *2パソコン講座は全て「ローマ字入力」にて進行 かな入力しか出来ない方はご遠慮ください
 *3パソコン講座ではインターネットは使用しません 特別な個別指導をご希望の方は対応できません
 ★センターの講座は「介護予防」・「いきがづくり」の講座で、完全な習熟を目的としておりません
 「きっかけづくり」の講座であることを十分ご理解の上申し込みください

「申込をしなくても参加できるもの」のお知らせ
介護予防ビデオ体操
 9/3(月) 9/10(月)
 一階 機能訓練室
 午前10:30~ *50分~60分
ボランティアの日
 9/21(金) 機能回復訓練室
 午前10:00~
 *センター敷地内清掃のお手伝い
九月の映画会
 9/19(水) 大広間 午後1:00~
 *ホームスイートホーム (予定)
たまうた
 9/26(水) 大広間 午前10:00~
 *ウクレレ伴奏にあわせて童謡唱歌・歌謡曲などをみんなで楽しく唄います
 初めての方でもどうぞ! 唄本不要
お茶の間ぬくぬく
 9/27(木) 一階 大広間
 午後1:00~3:00
 参加費100円 *お茶飲みお話し会
げんきに体操! 運動教室
 9/27(木) 一階 大広間
 午前10:00~11:00



「今月の課題曲」お知らせ
【カラオケ】
 ・冬酒場 北野 まち子
【詩 吟】
 ・辞世 吉田 松陰
 ・獄中の作 橋本 左内
 ・桜田門外の変 村上 仏山

「申込が必要なもの」の募集のお知らせ
後期定員制きっかけづくり講座
 9/3(月)~9/16(日) 9:30~16:30
 申込 事務所まで本人が直接
 抽選9/18(火) ロビーにて
 詳細は右記参照ください
第2回秋の音楽鑑賞会
 9/23(日) 募集20名 費用100円
 一階大広間 午後1:30~2:30
 申込 8/27(月)~9/21(金)
 *解説付きCD鑑賞会 お茶お菓子付き
傾聴&コミュニケーション学習
 9/6(木) 9/20(木) 9/27(木)
 募集20名 費用500円
 申込~8/27(月)まで
 お電話でも申込が出来ます
 *傾聴のスキル習得にはとても良い学習
後期短期講座
 初級太極拳 15名 椅子ヨガ 18名
 申込 9/10(月)~9/25(火)
 *両方の講座にお申し込みはできません
 お申し込みはどちらか一方のみです
生活健康講話④ 腸の健康
 9/13(木) 13:00~14:30
 募集18名(先着順)
 申込 8/27(月)~9/11(火)
アイヌ刺繍①
おとなの遠足その3
募集要項は右記を参照してお申込み下さい
ご不明な点は事務所までご確認ください



× キリトリ線 ×

バラバラの部首を繋げて四文字熟語を作ってください。
 ヒント: 慌てることの様子です

答え

*答え合わせは事務所まで
 *キリトリ線で切って持ってきて下さい。
 *やってみたいパズルなどあったら事務所までご相談ください。

エイズ 右耳

「おとなの遠足その3」のお知らせ
【日 時】 九月十一日(火)
【参加費用】 五十円(交通費実費 保険代当日支払い)
【行 先】 北海道立博物館
【申 込】 館内掲示のチラシに必要事項記入のうえ申込み
【集合場所】 その他詳細は館内掲示物でご確認ください
 *北海道命名150周年企画の一つとして北海道立博物館に行つて歴史や文化を再検討します

北海道企画「アイヌ刺繍①」参加者募集のお知らせ
【日 時】 九月二十五日(火) 午前十時~十二時
【会 場】 二階 職能訓練室1 **【定員】** 十六名
【申 込】 館内掲示のチラシに必要事項記入のうえ申込み
【参加費用】 七百五十円(予定です)
 ・先生をお招きしてアイヌ刺繍を直接お教え頂きます。今回は美しいデザインのコースターを制作いたします。

「後期短期講座」受講者募集のお知らせ
初級太極拳 月2回 金曜日 午後一時~三時
 定員十五名
椅子ヨガ 月1回 月曜日 午後一時三十分~三時
 定員十八名
【申 込】 氏名・住所・生年月日が証明できる公的身分証明書
 を持参してセンターまで直接申込み
【申込期間】 九月十日(月)~九月二十五日(火)
 *その他詳細は館内掲示のポスターでご確認ください

めざせ! いきいきミニドラマ!
「傾聴&コミュニケーション学習」開催のお知らせ
【開催日程】 九月六日(水) 午前十時~十二時
 二十日(木) 午前十時~十二時
 二十七日(木) 午前九時三十分~十二時三十分
【対 象】 札幌市民の方(年齢は不問です)
【定 員】 二十名(先着順) **【費 用】** 五百円(初回納入)
【申 込】 八月二十七日(月) 事務所まで直接または電話・FAX・メールでも可能です
 様々な施設からぜひ来てほしいとご希望がたいへん多い傾聴のスキルを当センターでぜひ学んでみて下さい

「フリーマーケット物品募集」のお知らせ
 十月六日(土)の介護予防イベントで、今年もフリーマーケットを行います。ご家庭で不要になり、ご寄付いただけるものがございましたらご協力をお願いいたします。
 館内の掲示および配付物で
ご寄附いただきましたものをご寄附を遠慮するもの
 を詳しく書いてご案内しております。
 ご覧いただきよろしくお願いたします。また、ご自身で判断がつきにくいものがございましたら、ご持参の前にご相談いただきましたら助かります。
【募集期間】 八月二十七日(月)~九月二十五日(火)

「生活健康講話④」
「腸の健康」開催のお知らせ
【日 時】 九月十三日(木) 午後一時~三時三十分
【会 場】 二階 教養講座室
【申 込】 八月二十七日(月)~九月十一日(火)
【募集定員】 十八名(先着順です)
【講 師】 ヤクルト(株) 岡本 節子先生
 *最近とかく腸内の健康のことが問われます
 先生に腸内の健康の大切さをお話し頂きます

「おとなの遠足その3」
 九月四日(火) 午前 ビデオ体操 巨大トランプ
 九月五日(水) 午後 あへあほ体操
 九月十八日(火) 午前 介護予防体操
 お申込みいただければどなたでも参加できます
 毎回楽しい運動やゲームを開催中!
 *九月十一日 二十五日 通常のテイクテンです

「おとなの遠足その3」
 九月四日(火) 午前 ビデオ体操 巨大トランプ
 九月五日(水) 午後 あへあほ体操
 九月十八日(火) 午前 介護予防体操
 お申込みいただければどなたでも参加できます
 毎回楽しい運動やゲームを開催中!
 *九月十一日 二十五日 通常のテイクテンです