

# すみかわ地区センターだより 第195号

札幌市すみかわ地区センター運営委員会

南区澄川4条4丁目4-40




令和5年6月23日発行

TEL 818-3035

FAX 818-3036

アドレス <http://www.sumikawa-chikucenter.jp> (英数小文字)

## = 7月募集の7・8・9月実施予定の講座及び事業のご案内 =

講座名・日時	内容	対象・料金等	申込・定員等
<p><b>シニアのための 体づくり講座II</b></p> <p>～ 意識と体を整える～</p> <p>全6回</p> <p>講師：広山 智津 氏</p>	<p>&lt;講座趣旨&gt; いつまでも健康な体を維持するための運動です。腰痛・ひざ痛・股関節痛の改善や尿漏れ予防体操などを楽しく行います。 前回の講座が大好評で、多数の方が受講できなかったことやリクエストに応え第二弾を企画しました。</p> <p>&lt;開講日時&gt; 毎月曜日 10:00～11:30 7月31日、8月7日・21日、 28日、9月4日・11日 @運動しやすい服装、タオル、飲み物持参</p>	<p>&lt;対象&gt; 50歳以上の方</p> <p>&lt;受講料&gt; 4,500円 (保険料を含む)</p> 	<p>&lt;申込期間&gt; 7月11日(火) から 7月24日(月) まで</p> <p>&lt;定員&gt; 先着<b>20</b>名</p> 
<p>こども参加事業</p> <p><b>夏休み こども寺子屋</b></p> <p>全5回</p> <p>7月29日(土) 8月 1日(火) 8月 5日(土) 8月 8日(火) 8月15日(火)</p> <p>講師：当センター講師陣 (元小学校教諭)</p>	<p>&lt;内容&gt; 各回の前半は、1学期の復習や夏休みの課題を中心に自主学習を行う場です。学習分量は自分で用意し、ボランティア講師が学習のアドバイスをします。 後半は、異学年交流の場として運動遊びをしたり、講師と楽しく学ぶ場を設定したりします。現在交流内容を調整中です。乞うご期待！</p> <p>&lt;主な時間帯&gt; 学習タイム 9:30～10:45 交流タイム 10:50～11:30</p> <p>* 澄川地区連合会青少年部協賛事業</p>	<p>&lt;対象&gt; 澄川在住の小学生</p> <p>&lt;参加料&gt; 200円 * 保険料等にあてます。</p> <p>☆ 詳しい案内と詳細内容は、7月上旬に各小学校を通して配布する募集要領をご覧ください。</p>	<p>&lt;申込期間&gt; 7月 7日(金) から 7月22日(土) まで</p> <p>&lt;定員&gt; 先着<b>30</b>名</p> <p>* 保護者の方が申し込んでください。</p> 

☆ 申込方法：電話(818-3035)または直接すみかわ地区センター窓口で申し込みください。(先着順)  
受講料は申込期間中に窓口で直接納めていただきます。また、納入後の受講者の自己都合による払戻はできないことをご承知ください。受付時間は、曜日に関わらず9:00～20:50までです。

包丁研ぎ講座より

体づくり講座より

手織り講座より

いろいろな講座開設中

興味のある講座へ参加

してみませんか！



## 7月の施設活用事業（無料開放）のお知らせ

ファミリー卓球	開放日	16日、30日(日)	13:00 ~ 17:00
ファミリーバドミントン	開放日	9日、23日(日)	13:00 ~ 17:00
一般卓球	開放日	5日、19日(水)	18:00 ~ 20:30
一般バドミントン	開放日	12日、26日(水)	18:00 ~ 20:30
一般囲碁	開放日	4日、11日、18日、25日(火)	13:00 ~ 17:00
一般将棋	開放日	16日、30日(日)	13:00 ~ 17:00

7月の施設活用事業（無料開放）は上記の通り予定しています。変更や中止になる場合は2週間前までにHP等でお知らせしていきます。

「囲碁」「将棋」は、換気やスペースの関係で8名まで限定での実施です。定員を超える来館者があった場合は、交代で打っていただきます。

「ファミリー限定」につきましては、一度の利用時間を2時間程度とさせていただきます。開始時に混んでいる場合は後半の時間での再来をお願いする場合があります。

一般の「卓球」「バドミントン」は隔週の水曜日の夜間に実施しています。

いずれの施設活用事業（無料開放）につきましても有料利用が入った場合は中止となる場合があります。（月に1回は必ず実施したいと考えます）また、新型コロナウイルス感染対策の「緩和」が示されましたが、検温や手指消毒、換気や「利用者名簿」へのご記入については、今しばらく継続して実施しておりますのでご協力をお願いします。

< 館長 >

## PCワード基本講座終わる 全7回



5月10日より7回にわたるパソコンワード基本講座が終了しました。9名の受講生が講師の丁寧な指導を受けながら、文書作成の基本技術習得を目指して学習しました。

パソコンの基本操作を覚え挿入、削除、ルビ、コピー等々文字入力に必要な技能が身に付くよう頑張りました。



竹村真奈美 講師

## 札幌市すみかわ地区センターコラム 2023

北国北海道では初夏を迎え、多くのイベントやお祭りが6・7月に集中して行われます。札幌では「第32回よさこいソーラン祭り」が今年は制限なしの状態で開催されました。チームが一つになって躍動する踊り子の姿と、声援を交えての観客の笑顔に、コロナ禍に終わりを告げ、安心して暮らせる世の中への一步を踏み出した感じを受けました。さらに今年は、13年振りの澄川会場での開催もありました。地元に必要な活力を与えようと尽力された関係者の皆様方には感謝の気持ちが溢れます。「さっぽろ祭り」（北海道神宮例大祭）を含め、生活の節目に人の心を癒し地域に活気を呼び込む行事が「お祭り」なのかも知れませんね。これからの季節、北海道各地で開催されるいろいろなイベントやお祭りに参加してみたい気がしてきました。出不精な自分にムチを打って、身近な所で開催される催しを調べて行動してみようと思いますが、皆様方がいかがでしょうか。

「すみかわ地区センター」でも、お祭りに負けないように、皆様方が足を向けたくなるような講座や事業のご案内をしていきたいと思っています。

< 館長 >