



すみかわ地区センターだより 第138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 (澄川図書館向い)
 平成30年9月25日発行 TEL 818-3035 FAX 818-3036
 アドレス http://www.sumikawa-chikuceneter.jp (英数小文字)

= 10月募集の事業・講座のご案内 =

講座名・日時	内容	対象・料金等	申込・定員等
女性のための 健康体操講座Ⅲ ～代謝UPコアエクササイズ～ (全6回) 講師：井上 あや氏	<講座内容> 代謝 UP コア(体幹)エクササイズを 取り入れた健康体操講座3弾です。 <開催日時> 月曜日 午前10:00～11:30 10月29日、11月5日、12日、 11月26日、12月3日、10日 @運動靴、タオル、飲み物持参	<対象> 15歳以上の 女性の方 <受講料> 3,400円 (保険料を含む)	<申込期間> 10月11日(木) から 10月24日(水) まで <定員> 先着 20 名
シニアサロン事業Ⅲ 1日目：11月20日(火) 講師：水沢 裕一氏 (北海道金融広報アドバイザー) 2日目：11月27日(火) 講師：桔梗原 佐和子氏 (雪印メグミルク食育指導員) 2日間とも 13:30～15:00	<事業内容> 今年最後のシニアサロン事業Ⅲ では、充実したシニアライフには欠 かせない「管理」に関して、2つの視 点から学びます。きっとためになるお 話を初企画しました。 1 家計管理に学ぶ いきいきと暮らすための「お金の使 い方や生活プラン」を具体的に分か りやすく教えてください。 2 栄養管理に学ぶ シニア世代に必要な食事と栄養を 具体的に教えてください。「骨カルシ ウムセミナー」と称し、すぐに役立つ 栄養講座です。	<対象> 成人の方であ ればどなたでも <参加料> 300円 	<申込期間> 10月9日(火) から 11月17日(土) まで <定員> 先着 20 名 まで 

☆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9:00～21:00までです。

10月の施設活用事業(無料開放) 予定と中止等のお知らせ

卓球…………… 開放日：第1・3週水曜日夜間、第2・4土曜日の午後
 バドミントン… 開放日：第2・4週水曜日夜間、第1・3土曜日の午後
 囲碁…………… 開放日：毎週火曜・土曜日の午前・午後
 将棋…………… 開放日：毎週木曜日の午後、日曜日の午前・午後

日曜日午後は、ファミ
 リー開放日です。
 1・3週 卓球
 2・4週 バドミントン

無料開放日に関しましては、開放予定日が中止になる場合もありますので、ご確認のうえご利用く
 ださい。下記の中止以外に変更があった場合は、開放予定日の2週間前にはセンター掲示板やチラシ
 等でお知らせしていきます。

10月 4日(木) 将棋中止 13日(土) 卓球中止 18日(木) 将棋中止
 20日(土) 21日(日) 囲碁・バドミントン・将棋・ファミ卓球中止

卓球交流会のお知らせ

11月10日 土曜日 午後1時00分より



当センター開放利用の方や澄川地区在住の方々での卓球交流会を開催します。参加を申込みされた方を幾つかのグループに分けて、ダブルスを組んで数試合を行います。楽しく和やかな親睦を深める交流会にしたいと考えております。

参加賞等も用意いたしますので、お友達をお誘いの上、多くの方にご参加いただきたくご案内申し上げます。なお、準備や組合せの関係から当日のいきなりの参加はお断りいたしますので、必ず事前にお友達等とお誘いあわせの上お申し込みください。

- ☆ 交流場所 : すみかわ地区センター多目的ホール
- ☆ 参加対象 : 澄川在住の成人男女（学生とプロは除く）及び開放事業参加者
- ☆ 参加費 : 500円（含保険料） * 申込時に納入ください
- ☆ 申込期間 : 10月 9日（火）～ 11月 1日（木） 9:00～21:00
- ☆ 申込方法 : 直接窓口へお越しください。電話受付も承ります。



事前に申し込んでね。当日抽選で、試合ごとに相手を変えてダブルスの試合を沢山するんだよ。

皆で楽しく交流する大会だよ。勝っても負けても友達をいっぱい増やそうね。



PHOTO ファイル 秋の芸術展17名と1団体の作品展示より 9月1日（土）から10日間



素敵な作品ありがとうございました!

札幌市すみかわ地区センターコラム 2018

秋を迎え、朝晩の風が肌寒く感じられる季節を迎えました。異例づくしの今夏は、大きな経験と教訓を残して過ぎ去っていきました。初夏からの猛暑で熱中症対策に始まった夏はその後長雨に変化し、終いには台風と地震の災害をもたらしたのでした。地震では、比較的被害が少なかった札幌・澄川地区でしたが、それでもかつて経験したことがない揺れに驚き、停電のため電気のない夜を過ごしたり水がない状況を体験したりもしました。改めて、自然災害の恐ろしさと備えの大切さに気付かされました。

その影響で、当センターが予定していた「オータムコンサート」の中止が余儀なくされ、地域の皆様方には残念な思いをさせていただきました。また、澄川地区の秋祭りが初めて中止となりました。年に一度の誰もが楽しみにしていたイベントであり中止は残念ではありましたが、連合会の英断に賛同すると共に、今後さらに災害に強い組織づくり「地域の絆」に期待を込めて、来年の「祭り」を待ちたいと思います。 <館長>