








# 地域交流サロン このほな R 1年 12月の予定表

開所時間 午前 10:00 ~ 午後 3:30  
 ※ 時間指定の無いものは終日行っています。  
 ※ 予定内容は都合により変更になることがあります。

日	火	水	木	金
<b>2</b> おしゃべり 10:00~12:00  じじ放談 13:00~15:30	<b>3</b> スタッフ会議 10:00~15:30 	<b>4</b> ゆったりストレッチ 10:30~12:00 おしゃべり 13:00~15:30 	<b>5</b> パッチワーク あみもの・こもの 10:00~15:30	<b>6</b> カラオケ 10:00~15:30 
<b>9</b> 絵手紙 10:00~15:30 	<b>10</b> パソコン学習 10:00~15:30 	<b>11</b> カーリンコン 10:30~12:00  おしゃべり 13:00~15:30	<b>12</b> おしゃべり 10:00~12:00  写経・大人のぬり絵 13:00~15:30	<b>13</b> 一足早い冬至 10:00~15:30 
<b>16</b> パッチワーク あみもの・こもの 10:00~15:30 	<b>17</b> ふまねっと運動 10:30~12:00  おしゃべり 13:00~15:30	<b>18</b> ゆったりストレッチ 10:30~12:00  おしゃべり 13:00~15:30	<b>19</b> おしゃべり 10:00~12:00  じじ放談 13:00~15:30	<b>20</b> 抹茶でいっぷく 10:00~15:30 参加費+100円 
<b>23</b> 笑いヨガ 10:30~12:00  おしゃべり 13:30~15:30	<b>24</b> 10・11・12月 生まれの 誕生会 クリスマス会 11:00~15:30 	<b>25</b> パソコン学習 10:00~15:30 	<b>26</b> 絵手紙 10:00~15:30	<b>27</b> 大掃除 

お正月休み  
 12月28日~1月5日です。



今年も一年 ありがとうございました。  
 良いお年をお迎えください。



## 今月のイベント

### ❖ カラオケ

- 1 2月6日 (金) 10:00~15:30  
・みんなで歌いましょう  
・歌の上手な方もお招き(?)しています。

### ❖ 一足早い冬至

- 1 2月13日 (金) 10:00~15:30  
・参加料: 600円 (利用料+材料費)  
・申込みは11日(水)までにサロン(821-6003)へ。

### ❖ 10・11・12月生まれの誕生会とクリスマス会

- 1 2月24日 (火) 11:00~15:30  
・みんなでワイワイ楽しみましょう!  
・参加料: 1600円 (利用料+1300円)  
すべて値上がりの折、お許しを。  
・申し込みは20日(金)までにサロン(821-6003)へ

## 予 告

令和2年 最初のシネマサロン

「麗しのサブリナ」 <アメリカ映画 吹替え版>

開所時間 毎週月曜日~金曜日(年末年始、祝日は休み)  
午前10時~午後4時(12月~3月は午後3時30分)

## 老後はサスペンス

このはなサロンのパソコン教室に通って、「老後はサスペンス」というタイトルでエッセイを書いている。そのタイトルは、夫が3年前に癌で亡くなった時、頭に浮かんだ言葉である。高校教員であった夫は、激務のため糖尿病などの病気に見舞われた。70歳の時「老後は自然豊かな、人里離れた所でゆっくりしたい」と、いろいろ検討した結果、札幌から移住、長野県諏訪地方のハケ岳の麓に居を構えた。そこは街中から少し離れ、季節の移り変わりがよくわかる、白樺林が美しい所であった。移住して5年目の冬、夫に食道癌が見つかった。合併症があるのでリスクが高いと言われたが、抗がん剤治療を受けた。副作用に苦しみながら、治療の甲斐もなく、1ヶ月後に亡くなった。享年75であった。

「老後はゆっくり」という願いは、あっけなく終わった。私は知り合いのいない地域に、ひとり残され茫然となった。「まるでサスペンスだ」と、その時思った。老後は計画通りには行かない。1年後、姉妹のいる札幌に戻った。  
(山下明美)

## つれづれに

長年スタッフで、サロン代表でもあった中田靖子さんが今月末で退き、今一利用者として参加ということでした。今までお世話になりました。(佐藤恵子)

場所: 札幌市豊平区平岸1条5丁目2番地 新木の花団地第二集会所

電話・FAX : 011-821-6003

交通機関 : 地下鉄南北線 平岸駅1番出口から7分、  
東光ストア沿いに角を右折、KKR病院を左手に見ながら  
直進、健康センターの角を左折、つぎの交差点を右折する  
と左手に黄色と赤の屋根が目的地です。