

月		火		水		木		金	
		1		2		3		4	
		 お休み		午前 ゆったりストレッチ (講師都合で休み) おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00	 お休み		午前 パッチワーク ・こもの 10:30～12:30	午後 スタッフ会議 13:00～15:00
7		8		9		10		11	
午前 絵手紙 10:30～12:30	午後 絵手紙 13:00～15:00	 お休み		午前 ふまねっと 10:30～12:30 おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00	 お休み		午前 写経・ぬり絵 10:30～12:00 おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00
14		15		16		17		18	
午前 おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00	 お休み		午前 ゆったりストレッチ (講師都合で休み) おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00	 お休み		午前 おしゃべり 10:30～12:30	午後 淡彩スケッチ画 13:00～15:00
21		22		23		24		25	
		 お休み		午前 カーリンコン 10:30～12:30 おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00	 お休み		午前 おしゃべり 10:30～12:30	午後 パソコン教室 13:00～15:00
28		29		30		コロナ感染拡大により午前、午後の 完全入替制(一回 200円) ○スタッフを入れて8名を限度とした 入場制限をしています			
午前 おしゃべり 10:30～12:30	午後 フランス刺繍 13:00～15:00	 お休み		午前 おしゃべり 10:30～12:30	午後 おしゃべり 13:00～15:00				

サロンこのはな 2022年 3月号

こんにちは!あつという間に3月ですね。

3月といえば、2011年に起きた東日本大震災が思い出されます。

皆さんは、防災グッズ用意していますか？

一年に一回、中身の見直しもお忘れなく。また、大切なのは避難場所の確認です。もし何かあったとき、どこに行けばいいのか、どの道で行けば安全か、確認しておきましょうね。あの日痛感した『万が一に備える』ことの大切さを忘れずにいたいものです。

コロナ感染拡大により午前、午後完全入替制(一回200円)

＜ご連絡＞

コロナ発症件数の増大に伴い北海道、札幌から注意勧告があった場合は計画を変更し、サロン玄関に掲示します。

コロナ感染拡大に伴う「緊急事態宣言」「まん延防止等重点措置」が発令された場合は、**指定期間内を休館**とします。

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番出口から徒歩7分
徒歩 経路	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、次の交差点を右折すると左手に白壁の平屋建ての独立した建物



+



UR都市機構 との協働事業です



【イベント紹介】

※開催日時は、裏面をご確認ください。

第一集会所 水曜日は素敵な笑顔で体と脳を元気に！

ゆったりストレッチ <講師都合で休止>

音楽に合わせてゆったりした動きで、筋肉の緊張状態をほぐしましょう。

ふまねっと

手拍子等をしながら、杵を踏まないように歩くゲームです。
手と足、別々の動きをする事で脳を活性化！

カーリンコン

運動が苦手な人でも活躍できる対戦ゲームです。
的の近くに円盤を投げるにはどうしたらいいか。体力より頭脳勝負。

サロン内 おしゃべりをしながら、自分のペースで楽しんで！

パッチワーク・こもの

手先の事をやってみたい人は是非チャレンジを。材料はサロンにあります。
一回で終わらなくても大丈夫。マイペースに制作を。

絵手紙 完成

春の気持ちで浮き浮きと、待ちどろしい春に感謝。
初めての方、道具は用意していますので手ぶらで参加してください。

淡彩スケッチ画

身近な植物や風景などを気軽に淡彩で描いてみませんか？
初めての方は鉛筆、ボールペンをお持ちください。

フランス刺繍

イギリス、フランスの貴婦人達が始めた。一針一針ゆっくり続けます。
出来上がると嬉しさがいっぱい。
刺繍用輪をお持ちください。

パソコン教室

パソコン、スマホの暮らしに役立つ使い方を楽しく会話をしながら学びましょう。