












開所時間 10時30分～15時00分

\* 内容は都合により変更になることがあります。

月		火		水		木		金	
<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>		<b>5</b>		<b>6</b>	
午前	午後	 (憲法記念日)		 (みどりの日)		 (こどもの日)		午前	午後
絵手紙 10:30～12:30	絵手紙 13:00～15:00							パッチワーク ・こもの 10:30～12:30	パッチワーク ・こもの 13:00～15:00
<b>9</b>		<b>10</b>		<b>11</b>		<b>12</b>		<b>13</b>	
午前	午後	 お休み		午前	午後	 お休み		午前	午後
豊平散歩 10:30～12:30	スタッフ会議 13:00～15:00			ゆったりストレッチ 10:30～12:30 おしゃべり 10:30～12:30	おしゃべり 13:00～15:00			写経・ぬり絵 10:30～12:30	おしゃべりと 13:00～15:00
<b>16</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19</b>		<b>20</b>	
午前	午後	 お休み		午前	午後	 お休み		午前	午後
おしゃべりと 軽い体操 10:30～12:30	おしゃべりと 13:00～15:00			ふまねっと 10:30～12:30 おしゃべり 10:30～12:30	おしゃべり 13:00～15:00			フランス刺繍 10:30～12:30	淡彩スケッチ画 13:00～15:00
<b>23</b>		<b>24</b>		<b>25</b>		<b>26</b>		<b>27</b>	
午前	午後	 お休み		午前	午後	 お休み		午前	午後
おしゃべりと 軽い体操 10:30～12:30	おしゃべりと 13:00～15:00			ゆったりストレッチ 10:30～12:30 グラウンド・ゴルフ 10:30～12:30	おしゃべり 13:00～15:00			おしゃべりと 軽い体操 10:30～12:30	パソコン教室 13:00～15:00
<b>30</b>		<b>31</b>		 <p><b>コロナ感染症対策のため午前、午後の完全入替制(一回 200円)</b>                      ○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                      ○スタッフと講師以外はサロンで昼食は取れません</p>					
午前	午後	 お休み							
カーリンコン 10:30～12:30	おしゃべりと 13:00～15:00								
おしゃべり 10:30～12:30									

# サロンこのはな 2022年 5月号

こんにちは！皆さんお元気にお過ごしですか？  
北海道にも春到来！道端の花壇が色とりどり賑やかで、心まで温かくなりますね。ぜひ、サロンに来て、どこの花壇がきれいだったか教えてください。それを絵手紙にしてみたり、小物づくりのアイデアの一つにするのも楽しいですよ。  
今月もスタッフ一同、たくさんの方にお会いできることを楽しみにしています。  
感染予防は継続しつつ、怖がりすぎず過ごしましょう。

コロナ感染拡大防止措置により午前、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

水前寺清子の「365日のマーチ」に合わせて体を動かします。

#### ふまねっと

手拍子等をしながら、枠を踏まないように歩くゲームです。  
脳を活性化！

#### カーリンコン

運動が苦手な人でも出来る対戦ゲーム。的の近くに円盤を投げるだけ！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

お花を書いてみませんか？  
初めての方、道具は用意していますので手ぶらで参加OK。

#### 淡彩スケッチ画

身近な植物や風景などを気軽に淡彩でスケッチ。鉛筆、ボールペンをお持ちください。

#### フランス刺繍

西洋の貴婦人達が始めた刺繍です。  
出来上がると嬉しさいっぱい。  
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学びましょう。

### ☀️ 野外活動

#### グラウンド・ゴルフ(多目的広場)

初心者でも楽しく遊べるスポーツ。  
道具は用意してあります。

#### 豊平散歩(豊平公園)

山野草に会いに行きませんか？サロンから出発します。  
参加自由。雨天中止。