

サークル&グループ活動

男の料理教室

麺レシピです。皆さん参加して楽しく健康づくりしましょう！

日 時：6月26日（木） 10:00～12:30

場 所：厚別区民センター 2階料理教室

住所：厚別区厚別中央1条5丁目3-14

会 費：2,000円(参加料・材料費含む)

申 込：遠國(とおくに)

その他：持ち物は、バンダナ、前掛け、ふきんです。

歌謡サークル

6月の例会は親睦を兼ねてカラオケ会を場所を変えて開催します。多数の参加をお待ちしております。

日 時：6月5日（木）12:00～16:00（時間厳守）

場 所：ステップ愛（ラブ） 242-8733
中)南2西4 乙井ビル 3階

会 費：1,500円（軽食、コーヒー付き）

申 込：代表へ SMSで申し込みください

その他：当日のキャンセルは1,500円かかります。

PHP友の会

月刊誌「PHP」を読み、当日集まった皆さんと一緒に読後感想等についてお喋りしませんか！

サブテーマ「高齢者賃貸住宅」について

日 時：6月26日(木) 13:30～15:00

場 所：シーズネット研修室

会 費：300円

申 込：笠原

出席はCメールか電話でお願いします。

パソコン勉強会

スマホの便利な活用法、パソコンのいろいろな活用法
Word、Excel：初級、応用問題集による学習

日 時：6月12日（木）13:30～15:30

場 所：研修室

会 費：500円（テキスト代+参加料 300円）

申 込：不要

その他：パソコン持参（持ってない方相談応じます）

生涯元気クラブ

ピンピンコロリ運動、リラックストレーニング、笑いのレッスン、オカリナによる歌声斉唱などで生涯元気を目指しています。テキストとして「生涯元気生活奮闘記」とCD「ピンピンコロリ運動」を作成、配布していますのでご利用ください。

日 時：6月12日、6月26日（木） 10:00～11:30

場 所：札幌市西老人福祉センター1階大広間

会 費：500円

申 込：不要

その他：地下鉄琴似駅6番出口より徒歩5分
（札幌第一病院裏、看板が見えます）
問合せ～011-662-4177（佐藤）

短歌勉強会

① 作品の互評、感想、添作 ② 添作教室

日 時：6月10日(火) 13:30～15:30

場 所：シーズネット研修室

会 費：400円

提 出：作品提出：2首 勉強会の1週間前まで
(見学者は不要)

送り先：中浜 敏明

楽しいお花

オールラウンドという花型です。器は少し高さのある物をお持ちください。360度の花型で、お花を多く使いますので2,000円とします。持ち帰り用の大きめな袋とハサミを忘れずに！

日 時：6月5日（木） 10:30～12:00

場 所：シーズネット研修室

会 費：2,000円

申 込：

※6月3日迄（不在時は留守電に）

お酒とグルメの会

6月は最終日に開催することになりました。皆様の参加をお待ちしております。

日 時：6月30日（月） 17:30～19:30

場 所：おたる別亭

中央区南4西4すすらんビル8階

会 費：5,000円+100円

申 込：代表又は副代表に電話かラインメールで
田中
近藤

その他：定員20名（定員になり次第締め切ります）

6月開催お休みのお知らせ

- ・ お抹茶を楽しむ会
- ・ 福祉タクシーで行く…