

サークル&グループ活動

歌謡サークル

10月本格的な秋、さあ～元気に楽しく歌いましょう
(コーヒータイム1時間+カラオケ2時間)
5F受付でシーズネットと伝えてレシートを貰い
6F34号室に来てください
日 時： 10月7日(火) 13:30～16:30
場 所： カラオケ「ラウンドワン」すすきの店
中)南5西3 ラウド ワンビル 5F TEL520-1022
会 費： 950円(値上)
申 込： 直接会場へ
その他： ・会員カードを持っていない方は受付で作成
してください(年間350円)
・カードがない方、忘れた方は会費1,000円です

PHP友の会

月刊誌「PHP」を読み、当日集まった皆さんで
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「高齢者の住まい」について(その5)
日 時： 10月30日(木) 13:30～15:00
場 所： シーズネット研修室
会 費： 400円(事務費含む)
申 込： 笠原
出席はCメールか電話でお願いします。

短歌勉強会

持ち寄った作品をもとに意見を交わします。
ときに、資料をもとに短歌の学習を深めます。
日 時： 10月14日(火) 13時30分～
場 所： シーズネット研修室
会 費： 400円
作品提出: 2首(勉強会の1週間前まで)
送り先： 中浜 敏明

お酒とグルメの会

スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋、皆様それぞれで
楽しんでいますか？今回も飲んで食べて語り合いましょう
初めての方も参加お待ちしております。
当日のキャンセルは参加費が発生いたします
(先着20名で締め切ります)
日 時： 10月16日(木) 17:30～19:30
場 所： 「ドワ」 南4西3 すすきのビル2階
会 費： 5000円+100円
申 込： (代表)田中
(副代表)
※申込は代表又は副代表に電話かメールかラインで

男の料理教室

まぜ寿司です。皆さんで協力して、新しい料理を
覚えましょう。新人の加入募集しております。
素人大歓迎です。
日 時： 10月23日(木) 10:00～12:00
場 所： 厚別区民センター 2階調理実習室
住所：厚別区厚別中央1条5丁目3-14
会 費： 2,000円
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。

健康麻雀サークル

健康マージャンサークルは認知症フレイル予防への
効果、社会性の向上とコミュニティ形成に役立ちます
日 時： 10月13日(月),20日(月),27日(月)※3回です
時 間： 13:00～16:00
場 所： 北区民センター・1階集会室(北区北25西6)
※12時45分迄に集合してください
会 費： 400円
申 込： 代表 川原迄

スマホを楽しむ会

スマホを便利に使う、操作の不安を解消！
Googleアプリの使い方
Map、カレンダー、メモ、検索
日 時： 10月17日(金) 13:30～15:00
場 所： シーズネット研修室
北区北10条西4丁目1番地 SCビル2F
会 費： 参加費300円 資料代100円
問合せ：嶋崎 稔和(定員10名)
スマホをもっと便利に使用、Android、iPhone
の方も同じ内容です。ご希望の方は嶋崎迄連絡を
※名称を変更しました

楽しいお花

少し早いですがハロウィンのお花をします。
かごで生けます。お持ち帰り用の大きめな袋を
お持ち下さい。ハサミも忘れずに
日 時： 10月2日(木) 10:30～12:00
場 所： シーズネット研修室
会 費： 1600円
申 込： ※9月30日迄(不在時は留守電に)

パソコン勉強会

テーマ：パソコンのいろいろな活用法、ネット検索問題
word、Excel：初級、応用問題集による学習
日時：10月9日(木) 13時30分～15時30分
場所：シーズネット研修室 ※申込不要
会費：500円(テキスト代+参加料¥300)
※パソコン持参(持っていない方相談に応じます)

10月開催お休みのお知らせ

- ・英会話教室(大学の授業が始まり、講師Abhiさんの都合が未定のため)
- ・福祉タクシーで行く・・・