

厚別南地区センターだより 第148号

令和7年9月発行
厚別南地区センター
運営委員会
厚別区厚別南7丁目9番1号
(新札幌わかば小学校4F)
Tel 896-3000

電話 896-3000、FAX896-4990、ホームページ <https://am-chikucen.com/>



第29回

文化祭

ステージ 10/25(土)

展示 10/18(土)～10/27(月)

皆様には、日頃から当地区センターをご利用いただきありがとうございます。
当センターで活動されている方々の成果を発表する機会として、文化祭を開催いたします。当センターを利用するサークルなどの作品展示やステージ発表、催し物を予定しております。皆さまのお越しをお待ちしております。

主催・会場：厚別南地区センター

展示 10/18(土)～27(月)

サークル作品展示

8:45～21:00

陶芸、水彩画、編み物、写真水彩画、
絵手紙、新聞ちぎり絵

※作品の販売はありません。

新札幌わかば小学校

新札幌わかば小ミニ児童会館

作品展示 8:45～21:00

バザー 10/25(土)

パンとクッキーの販売

10:00～ ※無くなり次第終了

NPO 法人 地域生活きたのセンターぱお

ステージ 10/25(土)

サークルステージ発表

13:15～15:30

太極拳、マジック、コーラス、竖琴
ハーモニカ、オカリナ

催しもの 10/25(土)

お茶会(一服 600円)

①13:00 ②13:45 ③14:30 各席 10名
テーブル茶道サークル「一心庵」

※前売り券を事務所窓口にて9/20～販売
(先着順、日曜祝日除く9～17時)

親子でも楽しめる子どもおはなし会
11:00～11:30 おはなしぶどうの会

図書室ハロウィンの黒猫を探せ
9:00～16:00

※上記の内容は、都合により一部変更する場合があります。駐車台数には限りがあります。裏面もご覧ください

令和7年度第3期講座・行事受講者募集

	講座名 (回数)	講師	内 容	受講日 時 間	受講料	定員	持参品
					教材費		
①	手作りキムチ 講座 (全1回)	菜々倶楽部 今須 陽子	韓国食材が揃わなくても、身近な食材でキムチを手作りしてみませんか？白菜キムチと大根カクテキ、キムチの素(ヤムニョム)を合わせて計約1キロ作ります。	10/29 (水) 10:00~12:00	700円 2,500円	12名	エプロン 三角巾、 布巾、袋
②	★サークル体験講習★ 椅子に座ってできる リンパストレッチ体操 (全1回) ※女性のみ	笠原先生と 「リンパ de リフレ ッシュ」サークル のみなさん	月2回水曜日の午前に活動中のサークル体験です。むくみ、冷え、疲労にサヨナラ！リンパストレッチ体操でスッキリ軽やかな毎日へ。簡単な動きでリンパの流れを促進し、身体の中から美しく健康になりましょう！	11/12 (水) 10:00~11:30	無料	15名	水分、 薄手のタ オル、 動きやす い服装
③	手打ちそば 講座 ①午前の部 (全1回)	横山製粉株式会社	手打ちそばを実践していただく初級講座です。横山製粉株式会社の指導で手打ちそばの一連作業をおひとりで行い、おひとり4.5人前のそばを打ち、最後に試食します。	11/14 (金) 9:30~12:30	2,000円 (材料代 込み)	6名	エプロン 三角巾、 布巾、箸 タオル
④	手打ちそば 講座 ②午後の部 (全1回)	横山製粉株式会社	手打ちそばを実践していただく初級講座です。横山製粉株式会社の指導で手打ちそばの一連作業をおひとりで行い、おひとり4.5人前のそばを打ち、最後に試食します。	11/14 (金) 13:30~16:30	2,000円 (材料代 込み)	6名	エプロン 三角巾、 布巾、箸 タオル
⑤	つまみ細工 で作る お正月飾り (全1回)	つまみ細工講師 奈 都	つまみ細工は、かんざしやアクセサリーだけではなく、日々を彩るかわいらしい小物たちを自分でつくりはじめると楽しくなりますよ。今回は基本となる梅や鶴や松などを作り、可愛いお正月飾りを完成していきます。お気軽にどうぞ！	11/15 (土) 13:00~16:00	700円 1,300円	15名	木工用ボ ンド・爪 楊枝・濡 れタオル ・袋
⑥	羊毛フェルト で作る シマエナガとエゾリス (全2回)	ru*ppa 永野 恵	羊毛を刺し固めるニードルの使い方やコツ、ふわふわした部分を残しながら固定する植毛の技術をお伝えします。かわいいシマエナガとエゾリスを作りましょう。	11/19・26 (水) 10:00~12:00	1,200円 1,800円	12名	はさみ、 ニードル マット
⑦	ゼロから始める 投資の基本 iDeCoとNISA講座 (全1回)	佐藤 FP オフィス 代表 佐藤 友美	お金のことを学ぶと自分の理想や豊かな生活に近づくことができます。資産形成や家計管理の必要性から投資(iDeCoとNISAを中心に)を学びます。何から始めたらよいかわからない方もお気軽にどうぞ。今後の人生の良い『きっかけ』と『ヒント』が見つかります。	11/22 (土) 10:00~12:00	700円 無料	15名	筆記用具
⑧	からだにやさしく！ おいしい！簡単！ 薬膳料理講座 (全2回)	料理研究家 三浦 美智子	薬膳は体質や体調に合った食材を選び、健康を維持・増進を目的とした食事です。特別な材料や調理法が必要ではなく普段の食事に薬膳の考え方を取り入れ、より健康的な生活を送ることができます。講座では薬膳粥と薬膳菓子を紹介しします。	12/5・12 (金) 10:00~12:00	1,200円 1,500円	12名	エプロン 三角巾、 布巾

★★申込み方法★★

1.受 付・・・①は10/7(火)～10/11(土) ②～⑤は10/28(火)～11/1(土)

⑥・⑦は10/29(水)～11/1(土) ⑧は11/13(木)～11/15(土)

いずれも9:00～17:00に電話で申込みください。(先着順)。

*定員に満たない場合は、翌日以降(日曜・祝日を除く)も受付けます。

*電話での申込が不都合な方はFAX896-4990で【講座名・住所・氏名・電話番号(FAXでの連絡希望の方はFAX番号)】を明記して受付期間、時間帯にお申込みください。

2.費用納入・・・①は10/16(木)・17(金) ③・④・⑤は11/5(水)・6(木) ⑥・⑦は11/12(水)・13(木)

⑧は11/26(水)・27(木) いずれも9:00～16:00にセンター窓口で納入してください。

納入済みの受講料等は原則としてお返しできません。

①・⑤・⑥・⑧の教材費は、講座初回または講座当日に講師へお支払いください。

3.お 願 い・・・(1)つり銭のないようお願いいたします。(2)応募者が少ない場合は中止になることもあります。

4.申込み問合せ先・・・厚別南地区センター事務局 TEL 896-3000