

お知らせの見方 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 費=費用 申=申込 (先着)=先着順 (抽選)=多数時抽選

☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール CC=市コールセンター(10分) HP=ホームページ(10分)に詳しい内容を掲載しているもの

(要確認)=詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの 子ども=子ども向けの催し

市民情報センター 〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3980 FAX 820-3995 HP www.joho-center-sapporo.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
パソコン無料体験講座	①インターネットでバースデーカード作り ②フリーソフトを使って画像を縮小	①は10/16(土)、②は24(日)。いずれも午前10時15分～午後0時45分	①は初心者の方、②は基本操作ができる方。いずれも6人	無料	☎、直接。9/11(土)に市民情報センターへ。(抽選)。空きがある場合、翌日から☎、直接
IT市民塾 (要確認)	(要申込)有料。申し込みは9/11(土)に☎、直接。(抽選)。空きがある場合、翌日から☎、直接 ①ワード基礎から応用=10/1(金)開講全4回 ②エクセル基礎から応用=10/2(土)開講全4回 ③自分のブログを作ってみよう=10/3(日) ④写真加工基礎=10/14(木)、15(金) ⑤インターネット基礎=10/19(火)、21(木) ⑥ワード上級A夜間=10/19(火)開講全4回 ⑦パソコン基礎=10/26(火)開講全7回 ⑧ワード上級B=10/27(水)、29(金)				

中央図書館 〒064-8516 中央区南22西13 ☎512-7320 FAX 512-7110 HP www.city.sapporo.jp/tosyokan

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
一日司書体験 (子ども)	図書の貸し出しや書棚整理などを体験	10/9(土)午後1時30分～4時	小学3年～6年8人	無料	往復はがきに上欄必要事項を記入し、9/27(月)(消印有効)までに中央図書館へ送付。(抽選)

体育施設 ※詳細は各施設へお問い合わせください

■スポーツ教室

施設名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	(要申込)有料。10/1(金)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②テニス ③ピラティス ④ズンバ ⑤骨盤体操 ⑥レベルアップ剣道 ⑦少年少女バレーボール ⑧少年少女体操 ⑨バドミントン(ステップアップ、レベルアップ)
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	(要申込)有料。10/1(金)から順次開講 ①キッズフィギュアスケート ②ジュニアヒップホップ ③卓球(初心者・初級、中級・中上級、マンツーマン) ④ヨガ ⑤ピラティス ⑥ズンバ ⑦フラダンス
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	(要申込)有料。9/29(木)から順次開講 ①Jr. FUNK(少年少女) ②美ウエストエクササイズ ③ショートテニス(幼児、少年少女) ④ヨガ ⑤健美操 ⑥バドミントン(少年少女、成人) ⑦フォークダンス ⑧からだ改善体操 ⑨はじめてのダイエット ⑩卓球 ⑪筋力トレーニング ⑫日舞健康体操 ⑬フラダンス ⑭クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑮テニス ⑯背骨コンディショニング ⑰ソフトエアロビクス ⑱キッズジム(親子、幼児、少年少女) ⑲ピラティス ⑳柔道(少年少女) ㉑メンズフィットネス ㉒太極拳 ㉓フットサル(幼児) ㉔トランポリン(幼児) ㉕げんきキッズ(幼児、少年少女) ㉖すこやか体操
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	(要申込)有料。10/12(火)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤体操 ③太極拳 ④ピラティス ⑤やさしい健康美容体操 ⑥ジャイロキネシス ⑦ヨガ ⑧やさしいリンパストレッチ ⑨アンチエイジング
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	【一般開放】有料。9/15(水)、22(水)午前9時～午後5時 テニス、フットサル、バウンドテニス、ゲートボール、フリースペース。 ※9/13(月)は施設整備日のため利用できません
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	(要申込)有料。9/28(火)から順次開講 ①テニス(一般、小学生) ②フットサル(小学生) ③キッズベースボール(小学生) ④ナイトヨガ

施設名	内容
麻生球場 (北区麻生町7) ☎736-1461	(要申込)有料。9/27(月)から順次開講 ①テニス(初級、入門、ゲームレッスン)
藤野野外スポーツ交流施設 (南区藤野) ☎591-8111	(要申込)有料。10/3(日)から順次開講 ①TRIS体験会 ②チセヌプリ登山

■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎875-6812	(要申込)有料。9/28(火)から順次開講。申し込みは9/13(月)までにはがきを送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シニア
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	(要申込)有料。10/21(木)から順次開講。申し込みは9/15(水)までにはがきを送付か、直接。(抽選) ①平泳ぎ ②バタフライ ③4泳法 ④クロール ⑤長期水中ウォーキング ⑥長期アクアビクス ⑦こどもクロール ⑧幼児めだか
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	(要申込)有料。10/1(金)から順次開講。申し込みは①は9/11(土)、②は17(金)から☎、直接。(先着) ①泳法別チャレンジスイミング(平泳ぎ) ②少人数制ビデオレッスン
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	(要申込)有料。10/1(金)から順次開講。申し込みは9/20(祝)までに☎、直接。(抽選) ①短期泳法別(クロール & 背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	(要申込)有料。10/12(火)から順次開講。申し込みは10/3(日)までに☎、直接。(抽選) ①はじめての大人水泳 ②成人中上級
北海道青少年会館 (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	(要申込)有料。10/5(火)開講。申し込みは9/14(火)から直接。(先着) ①幼児(4歳～未就学児)

広告

