

# 曙通信 Vol. 11



残暑厳しい折、いかがお過ごしでしょうか？曙通信の発行も今回で11回目を数えるまでになりました。これから季節の変わり目ですのでお体を大切に。



## 平成25年度 健康づくり教室のお知らせ

今年度も元気に楽しく過ごすための身近なヒントや役立つ話題をお届けする講座を計4回開催しています。毎回約50名の方が楽しく学んでいます。

まだ終わっていない講座もありますので皆さんふるってご参加ください。

日程 下表のとおり

時間 午後1時半～3時

会場 曙会館2階大会議室（南11西10）

※参加される方は当日直接会場にお越し下さい。



※第1回目の様子

回	日 程	内 容
1	平成25年7月17日（水） ※ 既に終了	●開講式 ●お知らせ：第3包括支援センターができました！ ●「転ばぬ先の体力づくり～転倒防止・体操」
2	9月18日（水）	●「バランス食で心も体もハリつやアップ！」 ●食生活改善委員さんからレシピ紹介
3	11月20日（水）	●「腰痛予防～負担のかからない体の動かし方～」 ●体力測定
4	平成26年 3月19日（水）	●「笑いは健康の源！～北大落研による落語～」 ●閉講式

発行日：平成25年9月1日

発行：曙まちづくりセンター（011-511-0116）、あけぼのA&Cセンター（011-513-6181）

発案。デザイン。編集。：前田（曙まちづくりセンター所長）、上木（あけぼのA&Cセンター）



# サマーフェスティバル 2013 in 曙

思い出



さあ！今年も会長の挨拶により  
サマーフェスティバル 2013in 曙の開幕です！



今年は陸上自衛隊第11音楽隊の演奏や、よさこい披露  
など様々な催しが行われ盛り上がりました。  
皆様ご来場誠にありがとうございました！







# 隣 (あけぼのA&Cセンター) の入居者紹介!



## 4号室 弦巻楽団

2003年に旗揚げした劇団「弦巻楽団」は現代人が抱えるストレスを舞台、そしてエンターテイメントで癒すことを目的に活動しています。今までに数々の演劇公演を行い、8月24日(土)、25日(日)には当施設の中ホールで素晴らしい公演をみせてくれました。4号室から生まれる演劇に乞うご期待!



## 6号室 引山さん・梶田さん

引山絵里さん、梶田みなみさん各々が美術作家として同じ部屋をシェアして使うことでお互いに刺激を受けながら表現を向上させていくことを目標に活動しています。

来年の2月にはお二人の作品展覧会を当施設で行う予定ですので、6号室で生まれる芸術作品を是非観に来て下さい!



## 入居者募集中

あけぼのアート&コミュニティセンターを芸術活動の拠点にしませんか?

部屋タイプ	大きさ	月額家賃	入居可能日
2階の1部屋(タイプ大)	9m×7m(63㎡)	60,000円	すぐに入居可
2階の1部屋(タイプ大)	9m×7m(63㎡)	60,000円	すぐに入居可
3階の1部屋(タイプ大)	9m×7m(63㎡)	60,000円	すぐに入居可
3階の1部屋(タイプ大)	9m×7m(63㎡)	60,000円	すぐに入居可

詳しくは011-513-6181 (あけぼのアート&コミュニティセンター事務局まで)



# あけぼのA&C図書室

毎週水・木・土（午後2時～午後5時）は図書の貸出おこなってます！  
また閲覧・返却のみは火～日（10時～17時）ご利用いただけます。

絵本や文庫本や辞典など豊富に揃っています。  
気軽に遊びに来てくださいね♪

あけぼのA&C図書室長

## Yukiya Ogawa のおすすめBookコーナー

### 「人質」 著者：佐々木譲

#### ■あらすじ

道警シリーズ第6弾

小島百合が友人と待ち合わせしたピアノバーで  
繰り広げられる一味違った立てこもり事件に  
あなたも必ず引き込まれるはず。

文章中に札幌市内がたくさん出てくるの

が面白い！（by Yukiya Ogawa）

※写真のモデルはあけぼのの隠れキャラのゆずき君



今回紹介した本はあけぼのA&C図書室で  
いつでも読むことができます！

## あけぼのファーム

あけぼのアート&コミュニティセンターの敷地内にある会員制の「コミュニティファーム」。  
種を植えて、草をとって、収穫して。みんなで汗をかいて、畑だけでなく、  
「心」を耕す場所を目指しています。収穫祭もあるよ♪

基本作業日：毎月第1・第3土曜日午前中

会員費：個人 2000 円、団体 5000 円

お問合せ・申込先：あけぼのアート&コミュニティセンター事務局 TEL011-513-6181



会員募集中!