


**申し込み時の  
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢  
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)  
⑦ 返信先(往復はがきの場合)

**さとらんど**

〒007-0880 東区丘珠町584 ☎787-0223 FAX 787-0947 HP www.satoland.com

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
手づくり体験	①タマネギで染めたストール②ハーブの香りの入浴剤③かぼちゃとチーズのタルト④パンプキンパウンド⑤かぼちゃとなめらか練乳ムース⑥かぼちゃのモンブラン⑦古布ぞうり	①は10/3(水)、②は6(土)、③は9(火)、④は10(水)、⑤は11(木)、⑥は12(金)、⑦は24(水)。いずれも午前10時～正午	①、③～⑦は各20人、②は3歳以上の子とその親30組	①は1,700円、②は1組1,000円、③～⑦は1,500円	9/13(水)からさとらんどへ☎。(先着)。会場はさとらんどセンター
HAPPY ハロウィン パレード <small>子供</small>	ハロウィーンにちなみ、歌を歌いながら園内を周遊。衣装コンテスト、ゲーム大会などもあり	10/14(日)午後1時30分～2時	親子100組	無料	9/13(水)からさとらんどへ☎。(先着)。会場はさとらんどセンター
さとの収穫祭	<p><b>内容</b> タマネギ、ジャガイモなどの札幌産の農産物を販売するほか、それらを使ったそばやカレーなどの料理を提供します</p> <p><b>日時</b> 9/15(土)～17(祝)午前9時～午後4時</p> <p><b>申込・備考</b> 当日直接会場へ。会場はさとらんど交流館、さとの広場</p>				 <p>注目!!</p>

**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**

行事名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	<p>☎☎有料。10/2(火)から順次開講</p> <p>①マンツーマン卓球 ②パワーヨガ ③骨盤体操 ④レディーステニス(初級) ⑤グループレスンテニス ⑥少年少女体操 ⑦少年少女レベルアップ剣道 ⑧少年少女バドミントン ⑨少年少女レベルアップ柔道 ⑩幼児体操 ⑪幼児新体操</p>
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	<p>☎☎有料。10/1(月)から順次開講</p> <p>①太極拳 ②トランポリン(幼児、少年少女) ③テニス ④ピラティス ⑤すこやか体操(55歳以上) ⑥健美操 ⑦ショートテニス(幼児、少年少女) ⑧はじめてダイエット ⑨バドミントン(少年少女、成人) ⑩ヨガ ⑪フォークダンス ⑫からだ改善体操 ⑬筋力トレーニング ⑭背骨矯正体操 ⑮日舞健康体操 ⑯フラダンス ⑰ソフトエアロビクス ⑱クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑲卓球 ⑳フットサル(幼児、少年少女) ㉑ダンベル&amp;エアロビクス ㉒ラジボール卓球 ㉓ヒップホップDEシェイプアップ ㉔キッズジム(親子、幼児、少年少女) ㉕柔道(少年少女) ㉖キッズテニス(少年少女) ㉗輪になって踊る民謡体操 ㉘トータルエクササイズ ㉙バランスボールトレーニング ㉚はじめてのマシントレーニング</p>
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	<p>☎☎有料。10/2(火)から順次開講</p> <p>①中上級卓球 ②中上級卓球(夜間の部) ③小中学生アーチェリー体験会 ④ナイトピラティス ⑤ピラティス(午前) ⑥ピラティス(午後) ⑦ジュニアフィギュアスケート ⑧大人のフィギュアスケート ⑨ストレッチヨガ(午前) ⑩ストレッチヨガ(夜間) ⑪バレエストレッチ</p>
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	<p>☎☎有料。10/9(火)から順次開講</p> <p>①パワーヨガ ②太極拳 ③ヨガ ④ピラティス ⑤やさしいリンパストレッチ ⑥骨盤体操</p>
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	<p>☎☎有料。10/1(月)から順次開講</p> <p>①テニス ②ピンポイントテニス ③かんたんテニス ④マンツーマン・プライベートテニス ⑤リフレッシュヨガ 【20周年記念プレ大会】 ⑥女子ダブルスひよこデビュークラス ⑦女子ダブルスひよこクラス</p>

行事名	内容
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	<p>【一般開放】有料。9/11(火)、27(木)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。 ※9/10(月)は施設整備のため利用できません</p>
北海道青少年会館 (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	<p>☎☎有料。10/2(火)から順次開講。申し込みは9/14(金)から直接。 (先着) ①健美操 ②レディーステニス</p>

**■水泳教室**

行事名	内容
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	<p>☎☎有料。10/2(火)から順次開講。申し込みは9/14(金)までにはがき(③④は往復はがき)を送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シルバー ③少年少女 ④幼児 ⑤親子 ⑥アクア</p>
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	<p>☎☎有料。10/1(月)から順次開講。申し込みは9/15(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①平泳ぎ ②バタフライ ③クロール ④こどもクロール ⑤目指せ!4泳法マスター ⑥長期水中ウオーキング ⑦幼児めだか</p>
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	<p>☎☎有料。11/25(日)開催。申し込みは10/1(月)から直接。(先着) ①水泳競技会兼泳力検定会</p>
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	<p>☎☎有料。10/9(火)から順次開講。申し込みは9/20(木)から☎、直接。(先着) ①成人短期 ②個人レッスン</p>
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	<p>☎☎有料。9/23(祝)から順次開講。申し込みは①は9/20(木)から☎、直接。(先着)。②は9/20(木)～25(火)に☎、直接。(抽選) ①シンクロ体験教室 ②個人レッスン</p>

**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	図書の貸し出しや書棚整理などを体験	10/13(土)午後1時～4時	中学生～18歳の方8人	無料	往復はがきに上欄必要事項を記入し、10/1(月)(消印有効)までに中央図書館へ送付。(抽選)