

タイトル **清田老人福祉センター【腸活とマッサージ】**

- 【内容】 健康と腸との関係はこの機会と一緒に学んでみませんか。水分補給用の飲料をお持ちください
【講師】 レイス治療院 代表 大越 孝郎氏
- 【日時】 4/30(火)11時～12時
- 【会場】 清田老人福祉センター(いきいきセンター)大広間(札幌市清田区清田3条3丁目1-30)
- 【対象】 札幌市内にお住まいの60歳以上の方
- 【定員】 30人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、直接。4/11(木)(受付時間:9時～17時)から清田老人福祉センター(札幌市清田区清田3条3丁目1-30、TEL011-885-8500)へ。先着
- 【問合せ】 清田老人福祉センターTEL011-885-8500

タイトル **「令和6年能登半島地震」復興支援チャリティコンサート**

- 【内容】 【出演】 チェロ/土田英順氏 ピアノ/矢崎有佳氏
※就学前のお子さんの入場はご遠慮ください ※会場にて募金にご協力ください
- 【日時】 5/26(日)14時。開場13時30分
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター 多目的室(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【定員】 80人
- 【費用】 無料
- 【申込】 4/25(木)(受付時間:9時～20時)から里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)へ直接。先着
- 【問合せ】 里塚・美しが丘地区センターTEL011-888-5005

タイトル **簡単！包丁研ぎ講座**

- 【内容】 包丁を手入れして永く使いましょう
【持ち物】 包丁1本、エプロン、筆記用具、ビニール袋、雑巾2枚
- 【日時】 5/9(木)11時～12時、13時～14時
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター 実習室(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【定員】 各回5人
- 【費用】 300円(当日会場で支払い)
- 【申込】 4/11(木)(受付時間:10時～18時)からリサイクルプラザTEL011-671-4153へ電話。先着
- 【問合せ】 リサイクルプラザTEL011-671-4153

タイトル **はじめての韓国語**

- 【内容】 はじめての方を対象に韓国語の基本を日本語で丁寧に指導します。韓国の文化についても紹介します。一緒に楽しく勉強しましょう
【講師】 パク ムフン
【持ち物】 筆記用具
- 【日時】 5/14(火)・5/21(火)・5/28(火)・6/4(火)・6/11(火)10時～12時。全5回
- 【会場】 清田区民センター 視聴覚室(札幌市清田区清田1条2丁目5-35)
- 【対象】 15歳以上の方(中・高生除く)。子ども同伴不可
- 【定員】 15人
- 【費用】 4,000円
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入し、4/17(水)～5/1(水)(受付時間:9時～12時)に清田区民センター運営委員会(札幌市清田区清田1条2丁目5-35、TEL011-883-2050、FAX011-883-2237)へ。申込多数の場合は5/2(木)10時に清田区民センターにて抽選を行います
- 【問合せ】 清田区民センター運営委員会TEL011-883-2050

タイトル **春のガーデニング講座**

- 【内容】 1日目は寄せ植え、2日目は庭に植えるコツを実践
持ち物: 軍手(1日目のみ持ち帰り用の袋)
- 【日時】 5/11(土)・5/18(土)10時～12時。全2回
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター 集会室(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【対象】 両日とも参加できる方
- 【定員】 10人
- 【費用】 2,000円
- 【申込】 電話、直接。4/20(土)～5/5(日・祝)(受付時間:9時～20時)に里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1、TEL011-888-5005)へ。先着
- 【問合せ】 里塚・美しが丘地区センターTEL011-888-5005

タイトル **ZUMBA講座**

- 【内容】 ラテン系の音楽を取り入れたダンスフィットネス「ZUMBA」で、経験のない方もみんなで踊って体力向上！ストレス発散しませんか？
【講師】 長谷川 雅代
- 【日時】 5/21(火)・5/28(火)・6/4(火)・6/11(火)・6/18(火)・6/25(火)13時30分～15時。全6回
- 【会場】 清田区民センター 区民ホール(札幌市清田区清田1条2丁目5-35)
- 【対象】 15歳以上の方(中・高生除く)。捻挫や骨折されている方、妊婦の方、お子様連れの受講、欠席の代理出席はできません
- 【定員】 20人
- 【費用】 4,000円
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入し、4/23(火)～5/9(木)(受付時間:9時～17時)に清田区民センター運営委員会(札幌市清田区清田1条2丁目5-35、TEL011-883-2050、FAX011-883-2237)へ。申込多数の場合は5/10(金)10時に清田区民センターロビーにて公開抽選を行います

タイトル **みんなの茶の間オープンカレッジ**

- 【内容】 「詐欺やサイバー攻撃について」
【講師】 豊平警察署 生活安全課
- 【日時】 5/13(月)10時30分～12時
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター 視聴覚室(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、Eメール、直接。申し込み時の必要事項を記入し、4/11(木)～5/10(金)(受付時間:9時～20時)に里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1、TEL011-888-5005、Eメールsatomi@arrow.ocn.ne.jp)へ。先着

【問合せ】 清田区民センター運営委員会TEL011-883-2050

タイトル 清田図書館図書展示

- 【内容】 「ガーデニングや家庭菜園を始めませんか！」
土づくりや植え替え、花を咲かせるコツなどガーデニングや野菜づくり関連の本を展示します
- 【日時】 4/11(木)～5/7(火)
- 【会場】 札幌市清田図書館(札幌市清田区平岡1条1丁目2-1)
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 教育委員会中央図書館運営企画課TEL011-889-2484、
ホームページ<https://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/kiyota/kiyota.html>
-

<清田区／子ども・子育て>

タイトル 速く走るコツ講座

- 【内容】 トップアスリートの北風沙織さんから、速く走るコツを学びます
- 【講師】 北風 沙織 氏(北翔大学陸上部 監督)
- 【持ち物】 室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物
- 【日時】 4/27(土) (1)13時30分～14時30分、(2)15時～16時
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター 多目的室(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【対象】 (2)小学1年生～2年生、(2)小学3年生～4年生
- 【定員】 各20人
- 【費用】 600円。4/20(土)までに窓口でお支払いください
- 【申込】 電話、直接。4/13(土)～4/20(土)(受付時間:9時～20時)に里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1、TEL011-888-5005)へ。先着
- 【問合せ】 里塚・美しが丘地区センターTEL011-888-5005
-

<清田区／暮らし>

タイトル みんなおいでよ！さとみ食堂

- 【内容】 みんなで温かいご飯を一緒に食べましょう！
※アレルギーには対応しておりませんのでご了承ください
※食材の提供も大歓迎です
- 【日時】 5/18(土)12時～13時
- 【会場】 里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1)
- 【定員】 40人
- 【費用】 こども(高校生以下)100円、おとな300円
- 【申込】 電話、直接。4/11(木)～5/15(水)(受付時間:9時～18時)に里塚・美しが丘地区センター(札幌市清田区里塚2条5丁目1-1TEL011-888-5005)へ。先着
- 【問合せ】 里塚・美しが丘地区センターTEL011-888-5005
-