

<手稲区／趣味・教養>

タイトル 手稲区民ダンスの集い

- 【内容】 地域交流の場を提供することを目的に社交ダンスの場を有料にて開放
持ち物：ダンスシューズ、ヒールキャップ
- 【日時】 5/16(金)13時30分～15時30分
- 【会場】 手稲区民センター 2階区民ホール(札幌市手稲区前田1条11丁目1-10)
- 【対象】 15歳以上(中・高校生は除く)
- 【費用】 300円(当日納入)
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 手稲区民センターTEL011-681-5121、ホームページ<https://teine.kumin-c.jp>

タイトル はじめてのパークゴルフ入門

- 【内容】 講義と実技を通してパークゴルフの基礎を学び、健康づくりに役立てる
持ち物…タオル、飲み物、パークゴルフ用具(用具のない方には1回200円で貸し出しあり)
- 【日時】 6/5～6/26の木曜10時～12時。全4回 ※予備日7/3
- 【会場】 1回目は、手稲区民センター第1・2会議室(札幌市手稲区前田1条11丁目1-10)、2～4回目は、前田森林公園パークゴルフ場(札幌市手稲区手稲前田591) ※現地集合、解散
- 【対象】 15歳以上の方(中・高校生は除く)
- 【定員】 18人
- 【費用】 受講料3,000円(講座初日納入)、プレー代1回毎に65歳以上230円、64歳以下330円(当日納入)
- 【申込】 電話、直接。5/15(木)～5/22(木)(受付時間:10時～16時30分)に手稲区民センター(札幌市手稲区前田1条11丁目1-10、TEL011-681-5121)へ。先着
- 【問合せ】 手稲区民センターTEL011-681-5121、ホームページ<https://teine.kumin-c.jp/>

タイトル 「はじめてのフラダンス」

- 【内容】 心地よいハワイアンミュージックに合わせ、全身の筋力を優しく鍛えます
服装・持ち物：動きやすい服装(Tシャツ・持っている方はパウスカート・ギャザースカートやジャージでもOK)、飲み物、汗拭きタオル
- 【日時】 6/3～6/24の火曜13時30分～15時。全4回
- 【会場】 手稲区民センター 3階すずらん(札幌市手稲区前田1条11丁目1-10)
- 【対象】 15歳以上の方(中・高校生は除く)
- 【定員】 20人
- 【費用】 3,000円
- 【申込】 電話、直接。5/13(火)(受付時間:10時～16時30分)から手稲区民センター(札幌市手稲区前田1条11丁目1-10、TEL011-681-5121)へ。先着
- 【問合せ】 手稲区民センターTEL011-681-5121、ホームページ<https://teine.kumin-c.jp>

タイトル 大山先生のレッツ！エンジョイベーキング2025

- 【内容】 パン手作りの楽しさを学んでみませんか。今回は「いちじくのヘルシーパン」と「トマトのフォカッチャ」を作ります！試食・お持ち帰りあります！

持ち物：エプロン、三角巾、食器用ふきん、ハンドタオル、筆記用具、持ち帰り用袋

- 【日時】 6/11(水)10時～13時
- 【会場】 手稲コミュニティセンター 1階料理実習室(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41)
- 【定員】 9人
- 【費用】 2,500円
- 【申込】 電話、直接。5/14(水)～5/28(水)(受付時間:10時～21時)に手稲コミュニティセンター(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41、TEL011-681-2133)へ。先着
- 【問合せ】 手稲コミュニティセンターTEL011-681-2133、ホームページ<https://teine-comicen.net/shisetu.html>

タイトル 女性限定～心癒しのフラダンス講座～

- 【内容】 フラダンス初めての方、興味のある方、またやりたい方など、女性ならどなたでも大歓迎です！一緒にハワイの風を感じてみませんか
持ち物：動きやすい服装、汚れてもよい靴下、タオル、飲み物
- 【日時】 6/5～6/26の木曜10時～11時30分。全4回
- 【会場】 手稲コミュニティセンター2階 視聴覚室(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41)
- 【定員】 8人
- 【費用】 4,800円
- 【申込】 電話、直接。5/12(月)～5/26(月)(受付時間:10時～21時)に手稲コミュニティセンター(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41、TEL011-681-2133)へ。先着
- 【問合せ】 手稲コミュニティセンターTEL011-681-2133、ホームページ<http://teine-comicen.net/shisetu.html>

タイトル 英語コミュニケーション力養成講座

- 【内容】 英語を「理解できる」から「使える」に高めたい方、積極的にトレーニングしたい人へお薦めです！
持ち物：筆記用具、テキスト「1日1パターン1ヶ月大人のスマート英会話」(書店等にてご購入下さい)
- 【日時】 6/7・6/14・6/21・7/5・7/12・7/19の土曜10時～11時30分。全6回
- 【会場】 手稲コミュニティセンター 2階第1・第2会議室(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41)
- 【定員】 16人
- 【費用】 7,200円
- 【申込】 電話、直接。5/12(月)～5/23(金)(受付時間:10時～21時)に手稲コミュニティセンター(札幌市手稲区手稲本町3条1丁目3-41、TEL011-681-2133)へ。先着
- 【問合せ】 手稲コミュニティセンターTEL011-681-2133、ホームページ<https://teine-comicen.net/shisetu.html>

タイトル パン講座～モンキーブレッドと胡麻チュイルを作ろう

- 【内容】 おいしいモンキーブレッドを作ってみませんか？簡単で美味しいパンです(17cmの型ごとお持ち帰り)。余った卵白で胡麻チュイルも作ります
持ち物～筆記用具、エプロン、三角巾、手拭きタオル
- 【日時】 5/26(月)10時～13時
- 【会場】 新発寒地区センター 2階実習室(札幌市手稲区新発寒5条4丁目2-2)
- 【対象】 15歳以上の方
- 【定員】 12人

- 【費用】 2,400円(材料費込み)
【申込】 電話、直接。5/15(木)～5/22(木)(受付時間:9時～21時)に新発寒地区センター(札幌市手稲区新発寒5条4丁目2-2、TEL011-684-5571)へ。先着
【問合せ】 新発寒地区センターTEL011-684-5571、ホームページ<http://www.shinhassamu-center.com>

<手稲区／レジャー・スポーツ>

タイトル 春のピラティス講座

- 【内容】 ピラティスは日常生活でなかなか鍛えることのできないインナーマッスルを強化し、体全体のバランスを整え、姿勢を改善します。ピラティスに挑戦してみませんか？
持ち物～ヨガマット又はバスタオル 飲み物 汗拭きタオル
【日時】 6/3～6/24の火曜13時～14時。全4回
【会場】 新発寒地区センター 2階体育室(札幌市手稲区新発寒5条4丁目2-2)
【対象】 15歳以上の方
【定員】 16人
【費用】 2,000円
【申込】 5/22(木)～6/2(月)(受付時間:9時～21時)に新発寒地区センターTEL011-684-5571へ電話。先着
【問合せ】 新発寒地区センターTEL011-684-5571、ホームページ<http://www.shinhassamu-center.com>

タイトル トンカチ広場

- 【内容】 木の実や枝、木材を使って、自由に工作できるコーナーです。カナヅチや電動ドリルなどの道具の使い方は、ボランティアの凸凹クラブのメンバーが教えてくれるので安心です
前田森林公園HP <http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>
公園だよりHP <https://www.sapporo-park.or.jp/eventlist/>
工作に使える素材はマツボックリ、どんぐりなどの木の実をはじめ、シラカバやナナカマド、ニセアカシアなどさまざま。建築端材も用意しています。電気工具も用意しており、ボランティアスタッフが使い方を教えてくれます
【日時】 5/18(日)9時30分～15時。受付は14時まで
【会場】 前田森林公園 管理事務所横広場(札幌市手稲区手稲前田591-4)
【費用】 100円(保険料として)
【申込】 当日直接会場へ
【問合せ】 前田森林公園管理事務所TEL011-681-3940、ホームページ<http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>

タイトル 前田森林公園からのお知らせ

- 【内容】 園内のサンクガーデンには全長320メートル・高さ4メートルの大パーゴラがあり、フジの開花時期に行われる「ふじまつり」は、1年で最も園内が活気に溢れるイベントです。昨年同様にコンサート、クラフト体験、縁日テント等を予定、フジのすがすがしい香りに包まれにいらしてください
前田森林公園HP <http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>

公園だよりHP <https://www.sapporo-park.or.jp/eventlist/>

- 【日時】 6/1(日)10時～15時
【会場】 前田森林公園 展望ラウンジ正面(札幌市手稲区手稲前田591-4)
【費用】 無料
【申込】 当日直接会場へ
【問合せ】 前田森林公園管理事務所TEL011-681-3940、ホームページ<http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>

タイトル 初夏の自然観察会

- 【内容】 植物、鳥など見所がいっぱいな初夏の園内を観察しよう
前田森林公園HP <http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>
公園だよりHP <https://www.sapporo-park.or.jp/eventlist/>
【日時】 6/8(日)10時～12時30分
【会場】 前田森林公園(札幌市手稲区手稲前田591-4)。集合場所：管理事務所前
【費用】 100円(保険料として)
【申込】 当日直接会場へ
【問合せ】 前田森林公園管理事務所TEL011-681-3940、ホームページ<http://www.sapporo-park.or.jp/maedashinrin/>