

<厚別区／趣味・教養>

タイトル 特別事業 クリスマス・ジャズコンサート

- 【内容】 ジャズの魅力を楽しむコンサート
出演：StylishJazzOrchestra（スタイリッシュ ジャズ オーケストラ）
曲目：未定
- 【日時】 12/20(土)14時～15時30分。開場13時30分、開演14時
- 【会場】 厚別区民センター(区民ホール)（札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14）
- 【対象】 どなたでも
- 【定員】 150人
- 【費用】 チケット代1,000円。10/28(火)10時～16時に窓口にて販売。一人3枚まで
- 【申込】 10/28(火)（受付時間：10時～16時）から厚別区民センター（札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14）へ直接。先着。チケットは定員に達した時点で販売終了となります。席の必要なお子様はチケットが必要です。来場の際は公共交通機関をご利用ください。購入したチケットの払い戻しはできません
- 【問合せ】 厚別区民センター運営委員会TEL011-894-1581、ホームページ<https://atsubetsu.kumin-c.jp/>

タイトル 厚別区民センター文化祭

- 【内容】 フラワーアレンジや書道などのロビー作品展示と、歌やダンス、その他さまざまなサークルのステージ発表。入場無料でご覧いただけます。サークルさんの日ごろの活動の成果をご覧ください
- 【日時】 (1)ステージ発表：11/3(月・祝)10時30分～13時25分
(2)ロビー作品展示：11/1(土)～11/3(月・祝)9時～16時30分。11/3(月・祝)は15時まで
- 【会場】 厚別区民センター(区民ホール)（札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14）
- 【対象】 どなたでも
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 厚別区民センター運営委員会TEL011-894-1581、ホームページ<https://atsubetsu.kumin-c.jp/>

タイトル 筋力アップ！免疫力アップ！ステップ21の簡単体操

- 【内容】 「ボール」「ピンキー」「グリーンベルター」を使って、音楽にあわせて、楽しく、無理なく、全身をバランスよく鍛えます。高齢の方や運動が苦手な方でも、無理なく身体を動かしていただけます。またしっかり運動したい方は、用具を効果的に使うことにより、理想の身体づくりができます。
- <持ち物>飲み物(水分補給用)、バスタオルまたはヨガマット、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 【日時】 11/7～11/28の金曜13時～14時10分。全4回
- 【会場】 厚別区民センター(和室A)（札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14）
- 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
- 【定員】 15人
- 【費用】 受講料3,000円。講座の初回に職員に直接支払い
- 【申込】 電話、直接。10/16(木)～10/23(木)（受付時間：10時～16時）に厚別区民センター（札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14、TEL011-894-1581）へ。先着。定員に達し次

第受付締切。定員に満たない場合は受付期間以降も受付継続。応募者が少ない場合は中止になる可能性有

【問合せ】 厚別区民センター運営委員会TEL011-894-1581、ホームページ<https://atsubetsu.kumin-c.jp/>

タイトル うたごえサロン

- 【内容】 音楽療法士と一緒に体操などしてから、リズムに合わせて歌ったり、手拍子したりピアノや他の楽器も使って楽しみます
- 【日時】 10/18(土)、11/1(土)13時30分～15時
- 【会場】 厚別西地区センター(集会室)（札幌市厚別区厚別西4条4丁目10-1）
- 【対象】 どなたでも
- 【定員】 各回20人
- 【費用】 各回参加費500円。当日、受付へ直接お持ちください。納入済の受講料等は原則としてお返しできません
- 【申込】 当日会場へ直接。先着
- 【問合せ】 厚別西地区センターTEL011-896-2000、ホームページ<https://www.atsu-wcc.jp/>

タイトル ディスコパーティー

- 【内容】 懐かしのダンスナンバーにあわせて自由に踊りましょう。
持ち物：上靴
- 【日時】 11/8(土)13時～17時
- 【会場】 厚別西地区センター(ホール)（札幌市厚別区厚別西4条4丁目10-1）
- 【対象】 どなたでも
- 【定員】 50人
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日会場へ直接。先着
- 【問合せ】 厚別西地区センターTEL011-896-2000、ホームページ<https://www.atsu-wcc.jp/>

タイトル 厚別西地区センター文化祭

- 【内容】 厚別西地区センターで活動中のサークルによるステージ発表や作品展示です。日頃のみなさんの成果をお楽しみください。パンやスイーツの販売もあります
- 【日時】 10/19(日)10時～16時
- 【会場】 厚別西地区センター(ホール)（札幌市厚別区厚別西4条4丁目10-1）
- 【対象】 どなたでも
- 【費用】 無料。物販は実費
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 厚別西地区センターTEL011-896-2000、ホームページ<https://www.atsu-wcc.jp/>

タイトル 健康フェスタ

- 【内容】 体力測定、糖化度・骨密度測定、健康福祉相談、健康講話等、健康づくりを応援します！
共催：厚別西東地区健康づくりサポートプロジェクト
持ち物：上靴※裸足になれる服装でお越しください
- 【日時】 11/16(日)10時～12時
- 【会場】 厚別西地区センター(ホール)（札幌市厚別区厚別西4条4丁目10-1）
- 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
- 【定員】 50人

- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、直接。10/11(土)～11/10(月)(受付時間:8時45分～21時)に厚別西地区センター(札幌市厚別区厚別西4条4丁目10-1、TEL011-896-2000)へ。先着
- 【問合せ】 厚別西地区センターTEL011-896-2000、ホームページ<https://www.atsu-wcc.jp/>

タイトル 図書展示「ミッフィー・ディックブルーナ特集」

- 【内容】 ミッフィー誕生70周年を記念して展示を行います
- 【日時】 10/9(木)～11/11(火)9時15分～17時。火曜～木曜は19時まで。ただし、祝日の場合は17時まで。第2と第4水曜日は休館日
- 【会場】 札幌市厚別図書館(1階図書室)(札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-15)
- 【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(厚別図書館)TEL011-894-1590、ホームページ<http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/atubetu/atubetu.html>

タイトル 第29回厚別南地区センター文化祭

- 【内容】 厚別南地区センターで活動されている方々の成果を発表する機会として、文化祭を開催いたします。
※内容や時間は都合により一部変更する場合があります。
※駐車場が狭いため公共交通機関でお越し下さい
- 【日時】 10/18(土)～10/27(月)(8時45分～21時)サークル作品展示、新札幌わかば小学校児童作品展示、新札幌わかば小学校ミニ児童会館作品展示。10/25(土)図書室ゲーム(9時～16時)、パンとクッキーの販売(10時～無くなり次第終了)、親子でも楽しめる子どもおはなし会(11時～11時30分)、サークルステージ発表(13時15分～15時30分)
- 【会場】 厚別南地区センター(札幌市厚別区厚別南7丁目9-1 新札幌わかば小学校4階)
- 【対象】 どなたでも
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ<https://am-chikucen.com/>

タイトル サークル体験講習リンパストレッチ体操

- 【内容】 月2回水曜日の午前に活動中のサークル体験です。むくみ、冷え、疲労にサヨナラ!リンパストレッチ体操でスッキリ軽やかな毎日へ。簡単な動きでリンパの流れを促進し、身体の中から美しく健康になりましょう!
- 【日時】 11/12(水)10時～11時30分
- 【会場】 厚別南地区センター(大会議室)(札幌市厚別区厚別南7丁目9-1新札幌わかば小学校4階)
- 【対象】 18歳以上の女性の方(高校生を除く)
- 【定員】 15人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、ファクス。申し込み時の必要事項を記入し、10/28(火)～11/1(土)(受付時間:9時～17時)に厚別南地区センター(TEL011-896-3000、FAX011-896-4990)へ。先着。定員に満たない場合は受付期間以降も受付を継

続します(日曜・祝日を除く)。応募者の少ない場合は中止になることがあります

- 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ<https://am-chikucen.com/>

タイトル 手打ちそば講座

- 【内容】 手打ちそばを実践していただく初級講座です。横山製粉株式会社の指導で、手打ちそばの一連作業をお一人で行い、約4～5人前のそばを作ります。最後に自分で打ったそばを試食します
- 【日時】 11/14(金)9時30分～12時30分、13時30分～16時30分
- 【会場】 厚別南地区センター(実習室)(札幌市厚別区厚別南7丁目9-1新札幌わかば小学校4階)
- 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
- 【定員】 6人
- 【費用】 受講料(材料費込み)2,000円(11/5(水)、11/6(木)の9時～16時に窓口で直接お支払い。納入済の受講料等は原則としてお返しできません)
- 【申込】 電話、ファクス。申し込み時の必要事項を記入し、10/28(火)～11/1(土)(受付時間:9時～17時)に厚別南地区センター(TEL011-896-3000、FAX011-896-4990)へ。先着。定員に満たない場合は受付期間以降も受付を継続します(日曜・祝日を除く)。応募者の少ない場合は中止になることがあります
- 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ<https://am-chikucen.com/>

タイトル つまみ細工で作るお正月飾り

- 【内容】 つまみ細工は、かんざしやアクセサリだけではなく、日々を彩るかわいらしい小物たちを自分でつくりはじめると楽しくなりますよ。今回は基本となる梅や鶴や松などを作り、可愛いお正月飾りを完成していきます。お気軽にどうぞ!
- 【日時】 11/15(土)13時～16時
- 【会場】 厚別南地区センター(実習室)(札幌市厚別区厚別南7丁目9-1新札幌わかば小学校4階)
- 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
- 【定員】 15人
- 【費用】 受講料700円(11/5(水)・11/6(木)の9時～16時に窓口で直接支払い)、材料費1,300円(講座当日に講師へ直接支払い)
- 【申込】 電話、ファクス。申し込み時の必要事項を記入し、10/28(火)～11/1(土)(受付時間:9時～17時)に厚別南地区センター(TEL011-896-3000、FAX011-896-4990)へ。先着。定員に満たない場合は受付期間以降も受付を継続します(日曜・祝日を除く)。応募者の少ない場合は中止になることがあります
- 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ<https://am-chikucen.com/>

タイトル 羊毛フェルトで作るシマエナガとエゾリス

- 【内容】 羊毛を刺し固めるニードルの使い方やコツ、ふわふわした部分を残しながら固定する植毛の技術をお伝えします。かわいいシマエナガとエゾリスを作ります
- 【日時】 11/19(水)・11/26(水)10時～12時。全2回
- 【会場】 厚別南地区センター(実習室)(札幌市厚別区厚別南7丁目9-1新札幌わかば小学校4階)

- 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
 【定員】 12人
 【費用】 受講料1,200円(11/12(水)、11/13(木)の9時～16時に
 窓口で直接お支払いください)、材料費1,800円(講座
 の初回到講師へ直接お支払いください)
 【申込】 電話、ファクス。申し込み時の必要事項を記入し、10
 /29(水)～11/1(土)(受付時間:9時～17時)に厚別南地
 区センター(TEL011-896-3000、FAX011-896-4990)へ。
 先着。定員に満たない場合は受付期間以降も受付を継
 続します(日曜・祝日を除く)。応募者の少ない場合は
 中止になることがあります
 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ
<https://am-chikucen.com/>

タイトル ゼロから始める投資の基本iDeCoとNISA 講座

- 【内容】 お金のことを学ぶと自分の理想や豊かな生活に近づく
 ことができます。
 資産形成や家計管理の必要性から投資(iDeCoとNISAを
 中心に)を学びます。
 何から始めたらよいかわからない方もお気軽にどうぞ
 。今後の人生の良い『きっかけ』と『ヒント』が見つ
 かります
 【日時】 11/22(土)10時～12時
 【会場】 厚別南地区センター(実習室)(札幌市厚別区厚別南7丁
 目9-1新札幌わかば小学校4階)
 【対象】 18歳以上の方(高校生を除く)
 【定員】 15人
 【費用】 受講料700円(11/12(水)、11/13(木)の9時～16時に窓
 口で直接支払い)。納入済の受講料等は原則としてお
 返しできません
 【申込】 電話、ファクス。申し込み時の必要事項を記入し、10
 /29(水)～11/1(土)(受付時間:9時～17時)に厚別南地
 区センター(TEL011-896-3000、FAX011-896-4990)へ。
 先着。定員に満たない場合は受付期間以降も受付を継
 続します(日曜・祝日を除く)。応募者の少ない場合は
 中止になることがあります
 【問合せ】 厚別南地区センターTEL011-896-3000、ホームページ
<https://am-chikucen.com/>

<厚別区／子ども・子育て>

- タイトル 厚別図書館たのしいお話会10月分
 【内容】 読み聞かせボランティア『てぶくろ』が、絵本や紙芝
 居の読み聞かせをします。赤ちゃんから小学生以上の
 方も楽しめるおはなし会です。10月のおはなし会テ
 マは「おいしいたべもの」。人数が多い場合は入場を
 制限することもありますのでご了承ください。入退
 出自由です
 【日時】 10/11(土)、10/18(土)、10/25(土)14時
 【会場】 札幌市厚別図書館(1階おはなし室)(札幌市厚別区厚別
 中央1条5丁目3-15)
 【対象】 幼児～学童およびその保護者
 【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(厚別図書館)TEL011
 -894-1590、ホームページ<http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/atubetu/atubetu.html>

タイトル 厚別図書館たのしいお話会11月分

- 【内容】 読み聞かせボランティア『てぶくろ』が、絵本や紙芝
 居の読み聞かせをします。赤ちゃんから小学生以上の
 方も楽しめるおはなし会です。10月のおはなし会テ
 マは「おいしいたべもの」。人数が多い場合は入場を
 制限することもありますのでご了承ください。入退
 出自由です
 【日時】 11/1(土)、11/8(土)14時
 【会場】 札幌市厚別図書館(1階おはなし室)(札幌市厚別区厚別
 中央1条5丁目3-15)
 【対象】 幼児～学童およびその保護者
 【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(厚別図書館)TEL011
 -894-1590、ホームページ<http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/atubetu/atubetu.html>

<厚別区／健康>

タイトル ふまねっと

- 【内容】 ステップを通して認知機能を向上させる運動です
 【日時】 10/20(月)、11/3(月・祝)13時～14時
 【会場】 厚別西地区センター(集会室)(札幌市厚別区厚別西4条
 4丁目10-1)
 【対象】 地域の高齢者
 【定員】 各回20人(定員に達し次第受け付けを締め切ります)
 【費用】 各回参加費300円。当日、受付へ直接お持ちください
 。納入済の受講料等は原則としてお返しできません
 【申込】 電話、直接。10/11(土)～11/2(日)(受付時間:8時45分
 ～21時)に厚別西地区センター(札幌市厚別区厚別西4
 条4丁目10-1、TEL011-896-2000)へ。先着
 【問合せ】 厚別西地区センターTEL011-896-2000、ホームページ
<https://www.atsu-wcc.jp/>