

<豊平区／趣味・教養>

タイトル クラフトバンド 初級編

- 【内容】カラフルな色合いのクラフトバンドでショッピングバッグを作ろう！
持ち物：ハサミ・お手拭き・スリッパ
- 【日時】4/8(水)・4/15(水)・4/22(水)13時30分～15時30分。
全3回
- 【会場】西岡福住地区センター(札幌市豊平区西岡4条9丁目1-7)
- 【対象】15歳以上の方
- 【定員】8人
- 【費用】3,000円(別途教材費1,200円)
- 【申込】電話、直接。3/23(月)～3/27(金)(受付時間:10時～17時)に西岡福住地区センター(札幌市豊平区西岡4条9丁目1-17、TEL011-852-4687)へ。先着
- 【問合せ】西岡福住地区センターTEL011-852-4687

タイトル ヨガ＋リズム体操

- 【内容】全身の適度な柔軟運動となるヨガと脳や心のリフレッシュになるリズム運動を組み合わせた新しいスタイルのエクササイズ
持ち物：ヨガマット・スリッパ
- 【日時】4/7(火)・4/14(火)・4/21(火)・4/28(火)19時～20時。
全4回
- 【会場】西岡福住地区センター(札幌市豊平区西岡4条9丁目1-7)
- 【対象】札幌市内在住の方(小学生・中学生・高校生可)
- 【定員】10人
- 【費用】3,000円
- 【申込】電話、直接。3/17(火)～3/31(火)(受付時間:10時～17時)に西岡福住地区センター(札幌市豊平区西岡4条9丁目1-17、TEL011-852-4687)へ。先着
- 【問合せ】西岡福住地区センターTEL011-852-4687

タイトル パソコン講座 ワード&エクセル基礎

- 【内容】ExcelとWordの基本操作をイチから学びます。もう一度、きちんと基礎から学び直したい方にも最適な講座です！
また、準備データを使うので入力時間に自信がない方も安心して受講できます。講座では、自分で申込用紙付のお知らせ文書や簡単な表を作るレベルを目指します。
持ち物：筆記用具
- 【日時】4/2(木)・4/7(火)・4/9(木)・4/14(火)・4/16(木)・4/21(火)18時30分～20時15分。全6回
- 【会場】東月寒地区センター 2階集会室AB(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)
- 【対象】札幌内在住かお勤めの方
- 【定員】10人
- 【費用】5,500円(受講料4,000円 教材費1,500円) ※受講料は受付窓口へ、教材費は初日に講師へお支払いください
- 【申込】3/17(火)～3/27(金)(受付時間:9時～20時)に東月寒地区センター(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)へ直接。先着
- 【問合せ】東月寒地区センターTEL011-853-2011

<豊平区／レジャー・スポーツ>

タイトル ガールズヒップホップ講座

- 【内容】アイドルみたいに、かわいい、カッコいいヒップホップダンスです。毎週1回開催と無理なく始められます。ポップな音楽に合わせて、Let's Dance(レッツダンス)！
持ち物：運動靴・動きやすい服装・タオル・飲み物
- 【日時】4/14～令和9年3/23の火曜17時40分～18時40分。全47回。8/18、9/22、12/29はお休み。6ヶ月コースは9/29(火)までの全23回
- 【会場】東月寒地区センター 1階多目的ホール(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)
- 【対象】小学2年生～6年生
- 【定員】20人
- 【費用】12ヶ月コースは24,000円 6ヶ月コースは14,000円(申込時一括払い)
- 【申込】3/11(水)～4/12(日)(受付時間:9時～20時)に東月寒地区センター(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)へ直接。先着。詳細は事務局までお問い合わせください。申込期間終了後も定員に空きがあれば随時受け付けます
- 【問合せ】東月寒地区センターTEL011-853-2011

タイトル はじめてのヒップホップ講座

- 【内容】はじめてヒップホップにチャレンジする小学生向けの通年(または半年)の講座です
ヒップホップに合わせて、かっこよく、楽しく踊ります
持ち物：運動靴・動きやすい服装・タオル・飲み物
- 【日時】4/14～令和9年3/23の火曜16時30分～17時30分。全47回。8/18、9/22、12/29はお休み。6ヶ月コースは9/29(火)までの全23回
- 【会場】東月寒地区センター 1階多目的ホール(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)
- 【対象】小学1年生～6年生
- 【定員】20人
- 【費用】12ヶ月コースは24,000円 6ヶ月コースは14,000円(申込時一括払い)
- 【申込】3/11(水)～4/12(日)(受付時間:9時～20時)に東月寒地区センター(札幌市豊平区月寒東3条18丁目5番1号)へ直接。先着。詳細は事務局までお問い合わせください。申込期間終了後も定員に空きがあれば随時受け付けます
- 【問合せ】東月寒地区センターTEL011-853-2011

タイトル 豊平区民講座 ZUMBAでシェイプアップ!

- 【内容】楽しさと運動効果を兼ね備えたダンスフィットネスです。世界中の音楽のリズムに乗って誰でも簡単に楽しめます
持ち物：動きやすい服装・上靴・飲料水
- 【日時】4/7(火)・4/14(火)・4/21(火)・4/28(火)・5/12(火)・5/19(火)13時30分～15時。全6回
- 【会場】豊平区民センター 2階大ホール(札幌市豊平区平岸6条10丁目)
- 【対象】15歳以上の方(中学生・高校生は除く)
- 【定員】20人
- 【費用】4,000円(受講料は初回に納入)

【申込】 3/16(月)～3/23(月)(受付時間:9時～16時30分)に豊平
区民センター運営委員会TEL011-812-7181へ電話。先
着。定員に満たない場合は引き続き受け付けます
【問合せ】 豊平区民センター運営委員会TEL011-812-7181

【申込】 当日直接会場へ
【問合せ】 札幌市西岡図書館TEL011-852-8111、ホームページhtt
ps://www.city.sapporo.jp/toshokan/kids/gyoji/nis
ioka/nisioka.html

タイトル **運動会応援企画！かけっこ集中講座**
【内容】 運動会に備えて速く走れるコツを学ぶ
持ち物：動きやすい服装(ジャージまたはハーフパン
ツ)・上靴・水分補給の飲み物・筆記用具
【日時】 4/25(土)。(1)コース 9時30分～10時30分、(2)コ
ース 11時～12時
【会場】 豊平区民センター 2階大ホール(札幌市豊平区平岸6
条10丁目)
【対象】 豊平区内の小学校に通学している小学新1年生～3年生
【定員】 各20人
【費用】 500円(受講料は初回に納入)
【申込】 4/2(木)～4/12(日)(受付時間:9時～16時30分)に豊平
区民センター運営委員会TEL011-812-7181へ電話。先
着。(1)(2)コースともに同じ内容のため、申込はいず
れかのコースのみ。定員に満たない場合は引き続き受
付けます
【問合せ】 豊平区民センター運営委員会TEL011-812-7181

タイトル **西岡図書館 たのしいおはなしの会 3/
26**
【内容】 ボランティア『楽しいお話の会「ゆめいろ」』による
絵本や紙芝居などの読み聞かせです。お気軽にお越し
ください
●絵本「きたきつねと はるのいのち」
●大型絵本「おまえ うまそうだな」
●絵本「はるですよ ふくろうおばさん」
●絵本「まる まる まる」
※都合により内容が変更になることがあります。ご了
承ください
【日時】 3/26(木)15時～15時30分。第4木曜日
【会場】 札幌市西岡図書館 2階お話室(札幌市豊平区西岡3条6
丁目6-1) ※エレベーター等の昇降設備はありません。
2階へは階段を使っています
【対象】 乳幼児から小学低学年向け
【費用】 無料
【申込】 当日直接会場へ
【問合せ】 札幌市西岡図書館TEL011-852-8111、ホームページhtt
ps://www.city.sapporo.jp/toshokan/kids/gyoji/nis
ioka/nisioka.html

<豊平区／子ども・子育て>

タイトル **ちびっこ広場(親子わくわくビクス)**
【内容】 手あそびあり、童謡あり、楽しい音楽に合わせて親子
で行うリズム体操です。親子のスキンシップやコミュ
ニケーションを大切にしながらお母さんたちのエクサ
サイズも一緒に行います
動きやすい服装でお願いします
【日時】 3/19(木)10時30分～11時30分
【会場】 東月寒地区センター 1階多目的ホール(札幌市豊平区
月寒東3条18丁目5番1号)
【対象】 未就学児とその保護者
【費用】 無料
【申込】 電話、直接。3/12(木)～3/18(水)(受付時間:9時～20
時)に東月寒地区センター(札幌市豊平区月寒東3条18
丁目5番1号、TEL011-853-2011)へ。先着
【問合せ】 東月寒地区センターTEL011-853-2011

タイトル **西岡図書館 たのしいおはなしの会 3/
12**
【内容】 ボランティア『楽しいお話の会「ゆめいろ」』による
絵本や紙芝居などの読み聞かせです。お気軽にお越し
ください
●絵本「はなをくんくん」
●絵本「おかげさま『いのちのまつり』」
●エプロンシアター「ねずみのすもう」
●絵本「ゆきのひのおくりもの」
※都合により内容が変更になることがあります。ご了
承ください
【日時】 3/12(木)15時～15時30分。第2木曜日
【会場】 札幌市西岡図書館 2階お話室(札幌市豊平区西岡3条6
丁目6-1) ※エレベーター等の昇降設備はありません。
2階へは階段を使っています
【対象】 乳幼児から小学低学年向け
【費用】 無料