

## <東区/趣味・教養>

### タイトル **フライパンでパン作り講座**

- 【内容】 オープンがなくても大丈夫！
- 【日時】 6/27(土)10時～13時
- 【会場】 栄地区センター(札幌市東区北36条東8丁目1-25)
- 【定員】 12人
- 【費用】 受講料1,000円、教材費900円。受講決定後から1週間以内に窓口へ納入してください。納入された費用は原則お返ししません
- 【申込】 6/2(火)～6/26(金)(受付時間:9時～17時)に栄地区センターTEL011-704-6005へ電話。申込開始日の翌日9時に受講者を決定(定員を超えた場合、抽選)し、結果は電話にて同日10時以降に連絡します。なお、申込開始日の翌日9時時点で、定員に満たない場合は、以降先着順で受け付けます
- 【問合せ】 栄地区センターTEL011-704-6005

### タイトル **心をはぐくむ朗読会 お話の扉**

- 【内容】 朗読内容につきましては、栄地区センターまでお問い合わせください
- 【日時】 5/23(土)11時～12時
- 【会場】 栄地区センター(札幌市東区北36条東8丁目1-25)
- 【対象】 小学生以上
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 栄地区センターTEL011-704-6005

### タイトル **チーズの世界を学ぼう チーズセミナー**

- 【日時】 6/29(月)10時～11時30分
- 【会場】 栄地区センター(札幌市東区北36条東8丁目1-25)
- 【定員】 12人
- 【費用】 参加料500円。受講決定後から1週間以内に窓口へ納入してください。納入された費用は原則お返ししません
- 【申込】 電話、直接。6/2(火)～6/28(日)(受付時間:9時～17時)に栄地区センター(札幌市東区北36条東8丁目1-25、TEL011-704-6005)へ。申込開始日の翌日9時に受講者を決定(定員を超えた場合、抽選)し、結果は電話にて同日10時以降に連絡します。なお、定員に満たない場合は、以降先着順で受け付けます
- 【問合せ】 栄地区センターTEL011-704-6005

### タイトル **プロから学ぶ包丁研ぎ講座**

- 【内容】 包丁研ぎ実習を行います  
講師：宮文刃物店派遣講師  
持ち物：包丁(一人2本まで)、砥石(幅10cm長さ22cmくらいの物)、エプロン、ふきん3枚。※砥石をお持ちでない方は、実費にてお付けします
- 【日時】 5/27(水)午前コース10時～12時、午後コース13時30分～15時30分
- 【会場】 東区民センター 2階 実習室(札幌市東区北11条東7丁目1-1)
- 【対象】 15歳以上(中・高校生を除く)の方
- 【定員】 各コース12人
- 【費用】 1,500円(講座当日に会場でお支払いください)
- 【申込】 電話、直接。5/11(月)(受付時間:10時～16時)から東区民センター(札幌市東区北11条東7丁目1-1、TEL011-742-5500)へ。先着

【問合せ】 東区民センターTEL011-742-5500

### タイトル **葬儀屋さんのためになるお話**

- 【内容】 もし親が亡くなったら、家族が、自分が死んだらどこに、誰に連絡すれば良いのか？まずは何をすべきか…わかっている人はどれくらいいるのでしょうか？例えば、宗教は？お墓は？家族葬って？費用は？親戚はどの範囲まで？などわからないことばかり。もしもの時に慌てないで済むよう、葬儀のスペシャリストから何よりも知っておきたいポイントをお話いただきます  
講師：セレモニーホール青柳 代表取締役社長 阿部 昂太氏  
持ち物：筆記用具
- 【日時】 6/1(月)10時～11時30分
- 【会場】 苗穂・本町地区センター 2階集会室(札幌市東区本町2条7丁目2-10)
- 【定員】 20人
- 【費用】 無料
- 【申込】 5/18(月)(受付時間:9時から)から苗穂・本町地区センターTEL011-784-7833へ電話。先着
- 【問合せ】 苗穂・本町地区センターTEL011-784-7833

### タイトル **いつまでも自分の足で歩くための体づくり**

- 【内容】 3年後も5年後も自分の足でしっかり歩けるように、まずは今の自分の身体を知りましょう！体力測定をしてまずは現状把握。その上で姿勢改善・筋力up・反応速度向上など動けるカラダを目指した体操を行います。下半身の筋力低下は、歩く力の衰えに直結すると言われています。また、運動の継続は、下半身の筋力や体幹、バランス能力の向上につながります。毎日楽しく過ごしていくための体づくりのお手伝いをいたします！  
講師：介護予防センター伏古本町 小林史生氏  
持ち物：動きやすい服装、上靴、汗ふきタオル、飲料水
- 【日時】 6/17(水)10時～12時
- 【会場】 苗穂・本町地区センター 1階 体育室(札幌市東区本町2条7丁目2-10)
- 【定員】 20人
- 【費用】 無料
- 【申込】 6/1(月)(受付時間:9時から)から札幌市苗穂・本町地区センターTEL011-784-7833へ電話。先着
- 【問合せ】 苗穂・本町地区センターTEL011-784-7833

## <東区/子ども・子育て>

### タイトル **おはなしの会**

- 【内容】 読み聞かせボランティア「てるてる」さんによる、絵本・紙芝居などのおはなしの会です
- 【日時】 5/16(土)11時～11時30分
- 【会場】 元町図書館 1階 お話室(札幌市東区北30条東16丁目3-13)
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 札幌市元町図書館TEL011-784-0841

## <東区／子ども・子育て>

### タイトル おもちゃクリニック

【内容】 ボランティア団体「おもちゃクリニック」さんが、壊れたおもちゃの修理を行います。修理が必要なおもちゃを持参してください

【日時】 5/20(水) 13時～16時

【会場】 元町図書館 2階 第1集会室(札幌市東区北30条東16丁目3-13)

【費用】 無料。交換部品は実費負担

【申込】 当日直接会場へ

【問合せ】 札幌市元町図書館TEL011-784-0841

---