

2024年（令和6年）3月 センターだより

おあしす3月号



SAPPORO

発行 指定管理者
社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会

札幌市厚別老人福祉センター
〒004-0051 札幌市厚別区厚別中央
1条7丁目17-25
TEL 892-2211

3月の休館日 20日(水)春分の日

3月講座予定表



開放状況



| | 講座名 | 曜日 | 講座日 | | | 時間 |
|-----------|-------|----|-----|----|--------|------------------------|
| 定員制講座 | 健康ヨガA | 月 | 11 | 18 | 25 | 9:30~10:30 |
| | 健康ヨガB | | | | | 10:50~11:50 |
| | 水彩画A | | 4 | 18 | | 10:00~11:30 |
| | 水彩画B | | | | | 13:00~14:30 |
| | 絵手紙 | 火 | 5 | 19 | | 13:00~14:30 |
| | 茶道 | 水 | 6 | 13 | 27 ←第4 | 13:00~14:15 |
| | 骨盤体操 | | 6 | 13 | 27 ←第4 | 13:00~14:00 |
| | 書道 | 金 | 1 | 8 | 15 | 13:00~14:30 |
| 申込制講座（定員） | 健身操A | 月 | 4 | 18 | | 13:00~14:00 |
| | 健身操B | 月 | 11 | 25 | | 13:00~14:00 |
| | 舞踊 | 火 | 5 | 12 | 19 | 13:00~14:00 |
| | フラダンス | 土 | 2 | 9 | | 13:30~14:30 |
| 自由参加講座 | 詩吟 | 火 | 5 | 12 | 19 | 10:00~12:00 (定員35名) |
| | 民謡 | 金 | 1 | 8 | 15 | 10:00~12:00 (定員35名) |
| | 社交ダンス | 水 | 6 | 13 | 27 ←第4 | 13:00~15:00 (定員50名) |

| | |
|-------------------------------|---------------------|
| ロビー | 開放 |
| 定員制講座 申込制講座 自由参加講座 | 開講 |
| サークル | 開放 |
| 入浴(お風呂) | 利用可 |
| 図書室 | 利用可 |
| 機能回復訓練室 (マッサージ機・血圧計) | 開放 16:30迄 |
| 囲碁・将棋 (囲碁盤7) (将棋盤1) | 開放 月~土 16:30迄 |
| 卓球 | 開放 |
| 飲食 | 1階の ロビーのみ可 |
| 2階のだんらん室の利用がない日は開放(飲食可)16:30迄 | |

※急遽予定が変更になることもございます。あらかじめご了承下さい。
自由参加講座の定員を大幅に上回った場合は、入れ替え制や回数制限を
もうける場合がありますので、ご了承ください。

令和6年度申込制講座について(訂正)

おあしす2月号にて、フラダンス講座は4月より自由参加講座と
ご案内いたしましたが、本年度と同じく、申込制講座となりました。

- 申込開始 令和6年3月2日(土) 12:45~受付
- 定員 30名(先着順)

令和6年度健身操と舞踊講座について

4月より、健身操と舞踊講座については、自由参加講座といたします。

- 舞踊 第1・2・3 火曜日 13:00~14:30(延長)
 - 健身操 第1・2・3・4 月曜日 13:00~14:00
(祝日は休館日 第5週への振替等はありません)
- ※回数制限はありませんので、ご自身の体調により
ご参加ください。

3月の卓球利用日

| | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|
| 火 | 5 | 12 | 19 | 26 | |
| 金 | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 |
| 土 | 16 | 23 | 30 | | |

20名程度
9:00~11:45
13:00~15:45

厚別1234
登録証
(カード)

入館受付の際には、必ず
登録証をご提示ください。

老人福祉センターご利用の皆様へ【お願い】

- 体調が悪い場合や発熱がある時は、センターを利用しない
平熱を超える発熱や、だるさや疲れやすいなど普段と違う場合、咳やのどの痛み、同居家族に体調不良の方がいる時は様子をみましょう。
- 高齢者施設のため、マスクの着用をお願いしております
- 手指消毒や手洗い（活動前、活動後、トイレ使用后）
石鹸で手洗いをし、こまめに手指消毒をしましょう。



入浴(お風呂)について

感染予防対策として混雑緩和のため人数制限を設け、当日整理券を配布します。

利用日は月・水・金の週3日

※祝日等で閉館となる場合は、同じ週の火・木の開館日を浴室利用日とします。

※詳細は入浴カレンダーをご覧ください。

料金 200円

1時間毎の入れ替え制です。

- ① 13:00～13:40
男性6名 女性6名
- ② 14:00～14:40
男性6名 女性6名
- ③ 15:00～15:40
男性6名 女性6名

13:40～14:00
14:40～15:00は
消毒・換気を行います。
終了次第ご案内します。



入浴カレンダー



入浴日○

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|---|----|---|----|---|----|
| | | | | | ① | ② |
| ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ | ⑧ | ⑨ |
| ⑩ | ⑪ | ⑫ | ⑬ | ⑭ | ⑮ | ⑯ |
| ⑰ | ⑱ | ⑲ | ⑳ | ㉑ | ㉒ | ㉓ |
| 24/31 | ㉔ | 26 | ㉖ | 28 | ㉘ | 30 |

入館方法について

高齢者施設のため、マスクの着用をお願いしております

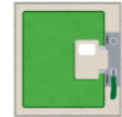
①入館受付

登録証
(カード)

登録証を提示して
入館受付表に記入

②靴をシューズロッカーに

入れて鍵をかける



検温器と消毒液を設置しておりますので、ご利用ください。



こちらをスマートフォンなどで読み取ると厚別老人福祉センターのHPを見ることができます



老人福祉センターに入館する際には毎回利用登録証をご提示下さい。不審者の侵入防止、入館資格有無の確認の為に必要です。また、万が一の事故・急病の際に重要となります。

令和6年度(4月開講)定員制教養講座の抽選発表と手続きについて

- 募集講座 健康ヨガ・骨盤体操・水彩画・書道・絵手紙・茶道
- 申込受付期間 令和6年2月13日(火)～24日(土) ※23日(金)は祝日のため休館日
- 対象者 満60歳以上で札幌市民の方(令和6年3月31日現在)各講座、原則として初心者を対象
- 抽選・発表 3月4日(月)午後1時～ロビーにて公開抽選(結果はロビーに掲示)
※当選された方は受講案内書をお渡ししますので、3月10日(日)までに事務所窓口にて必ずお受け取り下さい。
※詳細は、館内掲示・プリント・ホームページをご覧ください。