

2024年（令和6年）4月 センターだより

おあしは4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

4月の休館日 29日(月)昭和の日

4月講座予定

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 | 8 | 15 | 22 | | 9:30~10:30 |
| | 健康ヨガB | | | | | | 10:50~11:50 |
| | 水彩画A | | 1 | 15 | | | 10:00~11:30 |
| | 水彩画B | | | | | 13:00~14:30 | |
| | 絵手紙 | 火 | 2 | 16 | | | 13:00~14:30 |
| | 茶道 | 水 | 3 | 10 | 17 | | 13:00~14:30 |
| | 骨盤体操 | | 3 | 10 | 17 | | 13:00~14:00 |
| | 書道 | 金 | 5 | 12 | 19 | | 13:00~14:30 |
| 申込制講座 | フラダンス | 土 | 13 | 20 | ←第2 | | 13:30~14:45 |
| 自由参加講座 | 健身操 | 月 | 1 | 8 | 15 | 22 | 13:00~14:00 |
| | 詩吟 | 火 | 2 | 9 | 16 | | 10:00~12:00 |
| | 舞踊 | | 2 | 9 | 16 | | 13:00~14:30 |
| | 社交ダンス | 水 | 3 | 10 | 17 | | 13:00~15:00 |
| | 民謡 | 金 | 5 | 12 | 19 | | 10:00~12:00 |

| ロビ | 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。
自由参加講座は回数制限はありませんので、ご自身の体調等によりご参加ください。

4月開講の定員制講座受講の方へ

4月より令和6年度の定員制講座が始まります。
当選された方は、初日に開講式があります。
それぞれの教室へお越しください。

| | | | | |
|------|-------|--------|----|-------|
| ヨガA | 8日(月) | 9:30~ | 1階 | 大広間 |
| ヨガB | 8日(月) | 10:50~ | 1階 | 大広間 |
| 水彩画A | 1日(月) | 10:00~ | 2階 | 教養1教室 |
| 水彩画B | 1日(月) | 13:00~ | 2階 | 教養1教室 |
| 絵手紙 | 2日(火) | 13:00~ | 2階 | 教養1教室 |
| 茶道 | 3日(水) | 13:00~ | 2階 | 和室 |
| 骨盤体操 | 3日(水) | 13:00~ | 1階 | 大広間 |
| 書道 | 5日(金) | 13:00~ | 2階 | 教養1教室 |

4月の卓球利用日

火 2 9 16 23 30

金 5 12 19 26

土 6 27

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

4月

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 | ⑱ | 20 |
| 21 | ⑳ | 23 | ㉒ | 25 | ㉔ | 27 |
| 28 | 29 | ⑳ | | | | |

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

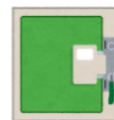
①入館受付

登録証
(カード)

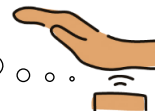
登録証を提示して
入館受付表に記入

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。



利用登録証提示のお願い

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。



登録証
(カード)

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。

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

