



ふれあいステーション  
ほっと

平成29年12月1日発行  
ふれあいステーションほっと  
運営委員会  
運営委員長 安孫子章平

### 開放事業のお知らせ

- 開放事業 ・ 3階—ランニングマシン—ンなど10台と卓球台の利用—有料(100円)
- ・ 2階多目的ホール: 卓球2台(火曜日10:00~13:00)  
ホールが開いているときは麻雀 (4卓)の利用—無料。
- ・ 他に雑談コーナー、畳コーナーで囲碁、将棋の利用—無料

### ○12月の教室などの予定

(運営委員会主催事業、場所は2Fホール、まず見学を、参加費は無料)

日	曜	時 間	教 室 名	内 容、持 参 す る も の、材 料 費 な ど
2	土	10:00~12:00	ストレッチング教室	「疲労回復のストレッチと呼吸に合わせたストレッチ」
4	月	10:00~12:00	いきいき百歳体操	呼吸は深くゆっくり、年代に合わせた筋トレ実践貯筋
		13:00~16:00	麻雀教室	実践と交流
		10:00~12:00	箏教室	日本の伝統ある箏にふれてみませんか?見学からでもOKです。
5	火	13:00~15:00	卓球教室	上達を目指して、飲み物、タオル
6	水	13:30~15:30	オカリナサークル	色々な曲をオカリナで吹こう。大きな古時計、オラ・リー、喜びの歌など
		15:30~16:30	寺子屋	先生や友達と元気よく挨拶しよう、教科書を持って来よう
7	木	10:00~12:00	パソコン教室	開催4回目、年賀状の作成
11	月	10:00~12:00	いきいき百歳体操	呼吸は深くゆっくり、年代に合わせた筋トレ実践貯筋
		13:00~16:00	麻雀教室	実践と交流
12	火	14:00~16:00	西島講座	自宅で出来るストレッチや体幹、腕、足腰の筋トレなど簡単な健康体操
13	水	15:30~16:30	寺子屋	45分で予定した学習を最後までやろう、挨拶をしよう
16	土	10:00~12:00	ストレッチング教室	「疲労回復のストレッチと呼吸に合わせたストレッチ」
18	月	10:00~13:00	手打そば教室	楽しくおそばを作りましょう。事前の申し込みを!費用:1,000円。
		13:00~16:00	麻雀教室	実践と交流
		10:00~12:00	箏教室	日本の伝統ある箏にふれてみませんか?見学からでもOKです。
19	火	13:00~15:00	卓球教室	上達を目指して、飲み物、タオル
20	水	13:30~15:30	オカリナサークル	色々な曲をオカリナで吹こう。大きな古時計、オラ・リー、喜びの歌など
		15:30~16:30	寺子屋	大きな声で挨拶をしよう、二学期のまとめをしよう
21	木	12:30~15:30	絵手紙教室	来年の干支の戌(犬)を描いてオンリーワン
22	金	11:00~15:00	小物制作教室	オリジナル小物を製作。見学からでも大歓迎です。

### ○貸館のお知らせ

サークル活動や町内会などの会議の実施に貸し出しを行っております。

申し込み・お問い合わせ ほっと事務局まで

### 問い合わせ先

北ひろしま福祉会内 ほっと事務局 北広島市朝日町4丁目4番地11 ☎011(373)8809 fax(373)8673

「ほっと」の活動内容やお知らせは、北ひろしま福祉会のホームページからご覧いただくことができます。

<http://www.kitahiro-fukusikai.or.jp/hot.html>

休館日【12月 3, 10, 17, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31、1月1~7日 休館】

## トピックス

### 「ほっと運営委員会」より ～来場者3万人到達のご報告～



ふれあいステーションほっとの開所から、早いものでもう5年目となり、来場者の延べ数も3万人を超えることができました。

市内在住の女性の方が記念すべき3万人目となり、ささやかではありますが、記念品を贈呈させていただきました。

日頃よりふれあいステーションほっとをご利用くださる皆様のおかげで今日のような記念すべき日を迎えることができました。ありがとうございます...

今後ともふれあいステーションほっとを憩いの場として皆様の来訪をお待ちしております



## 寺子屋からのお知らせ

講師が現在不足しており年度内の新たな学生の募集を中止いたします。次年度に向け体制を整えていきます。しばらくご迷惑をおかけいたします。

※ 寺子屋では、講師としてお手伝いいただける方を募集しております。この機会と一緒に活動に参加しませんか！

## 図書の寄贈がありました

ほっとを利用されるお客様より、百科事典と日本の地理に関する書籍を寄贈いただきました。少し早いクリスマスプレゼントをいただきました。大切に使用させていただきます

