

12月

日	曜日	予 定	16	金	忘年会
1	木		17	土	書道
2	金	散歩	18	日	
3	土	クリスマスデコレーション	19	月	相談員さんによるスペシャルタイム
4	日		20	火	映画上映
5	月	折り紙	21	水	
6	火	塗り絵①	22	木	椅子ヨガ
7	水		23	金	ホワイトイルミネーション
8	木	青竹ウォーク	24	土	クッキング
9	金	スイーツ食べ歩き	25	日	
10	土	スクラッチアート	26	月	
11	日		27	火	プラバン②
12	月		28	水	
13	火	卓球&ソフトバレー&バドミントン	29	木	年末年始休み
14	水	塗り絵②/プラバン①	30	金	年末年始休み
15	木	スケッチ	31	土	年末年始休み

★散歩倶楽部(無料) 定員6名 15:00-16:30 チカホを歩いて、運動不足を解消しましょう！

★クリスマスデコレーション(無料) 定員6名 15:00-16:00

クリスマスツリーに飾り付けをして、センター内をクリスマスモードに変えてみましょう！

★折り紙(無料) 定員6名 15:00-16:00 簡単な日常生活で使える物を作ります。

★大人の塗り絵①②(無料)定員6名 14:45-15:45 色鉛筆と塗り絵を用意していますので、手ぶらで参加できます。

★青竹ウォーク(無料) 定員6名 15:30-16:00 青竹踏みボードを使い、健康促進していきましょう！

★スイーツ食べ歩き 定員6名 14:30-16:00

今月は和カフェの「さくら庵(西区琴似1条4-4-17-1F)」に行きましょう！ 地下鉄代、スイーツ代は自己負担となります。

★スクラッチアート(無料)定員6名 15:00-16:00

黒いスクラッチ面を専用ペンで削ると、キラキラ光るホログラムの線や、美しい色の線が出てきます。

★卓球&ソフトバレー&バドミントン(無料)定員10名 13:00-16:00 札幌市豊平若者活動センター(Youthプラス豊平)

来年3月開催予定の体育大会の練習を始めます。地下鉄東豊線豊平公園駅、徒歩3分。現地集合、解散。持ち物:上靴、飲物、タオル

★プラバン de アクセサリー①②(無料)定員6名 14:45-15:45 ※今月は2回あります。

プラスチックの板にイラストを描き、色、レジンを付けて加熱し、オリジナリティー溢れるアクセサリーを作ります。

★スケッチ(無料)15:30-16:30 モチーフは「ペットボトル」です。明暗を意識しながらモノトーンで描いてみましょう。

★今月の行事は「忘年会」です。最後のページを参照してください。

★書道(無料)定員6名 15:00-16:00 姿勢を正して集中してみましょう。

★相談員さんによるスペシャルタイム(無料)定員6名 15:30-16:30

今回は、新職員の檜垣氏による「本格珈琲(ハンドドリップ)タイム」です。この機会に珈琲好き集まれ！

★火曜ロードSHOW「ライオンキング」(無料)15:00-16:58 上映時間118分

雄大なアフリカの大自然を舞台に、偉大な王ムファサの息子として生まれながら、謀略によって国を追われた子ライオン、シンバの冒険と成長を壮大なスケールで描き出す。

★椅子ヨガ(無料・動きやすい服や靴/サンダル・スカート禁止)定員6名 15:00-16:00

ボランティアの先生に来ていただき、椅子に座って行うヨガです。血流が良くなり身体がほぐれてリラックス効果があります。

★ホワイトイルミネーションを見に行こう！(無料) 16:45-17:30、センター出発16:45

地下鉄11丁目下車、大通公園(6丁目会場から1丁目会場)を見ます。地下鉄代自己負担、暖かい服装で。現地解散可。

★クッキング(無料) 定員6名 15:00-16:00

HM使用、クリームや果物でトッピングし、クリスマスケーキを作ろう！ケーキはセンターで食わず、お持ち帰りします。

持物:エプロン、三角巾(バンダナ・大判のハンカチでもOK)