

3月

※プログラム中の大きな音や声に関してはご理解願います。

日	曜日	予定	16	日	
1	土		17	月	カラオケ
2	日		18	火	
3	月	自主活動 ※1	19	水	Tea Time in Music
4	火	スイーツ食べに行こうよ	20	木	春分の日
5	水	体育館へ行こう ユース+豊平 卓球、バレー	21	金	やっちゃんば市場 新鮮野菜等即売会
6	木		22	土	プラバン de キーホルダー
7	金		23	日	
8	土	雛壇片付け	24	月	自主活動 ※1
9	日		25	火	ストレッチ&体幹トレーニング&ダンス②
10	月	第38回札家連体育大会 北ガスアリーナ	26	水	手芸(つまみ細工)
11	火	ストレッチ&体幹トレーニング&ダンス①	27	木	椅子ヨガ
12	水		28	金	夕食会(絶品ポークカレー)
13	木	お裁縫倶楽部	29	土	好きな曲をみんなで歌おう②
14	金	書道	30	日	
15	土	好きな曲をみんなで歌おう①	31	月	

★自主活動 (無料) 予約はいりません。3/3.3/24. 15:00~16:00

※1 スタッフは付きません。「折り紙、塗り絵、スクラッチアート」等の用具をお貸しします。

★スイーツ食べに行こうよinカフェ(500円位~) 3/4定員7名15:00~16:30

場所:「pudding Maruyama」中央区北5条西24丁目3-5藤栄ビル1F。手作りプリンが有名です。

★体育館へ行こう(卓球、バレー等)(無料)3/5定員なし 13:00~16:00

持ち物:飲み物、運動靴、動きやすい服装、着替え。体育大会に向けて練習しましょう。

※2 講堂修復工事は未完了の為、2月の予定表でご迷惑をかけました。3月も未定ですので

場所は以前と同じユース+豊平(豊平区豊平8条11丁目3-5 ☎823-5256)です。

★雛壇片付け(無料)3/8定員なし 15:00~16:00

★体育大会(第38回札家連体育大会)(無料)3/10定員なし 9:00~16:30

センターからはソフトバレーと卓球男子個人にエントリーしています。選手の方たちには練習時間あまりとれずご迷惑をおかけしました。ケガ無く楽しく参加しましょう。応援の方が体育館内に入る場合は内履きが必要です。

場所:「北ガスアリーナ札幌46(新中央体育館)」中央区北4条東6丁目 ☎251-1815

★ストレッチ&体幹トレーニング&ダンス(無料)3/11.3/25定員6名位 16:00~17:00

動きやすい服装でご参加下さい。月2回実施。持ち物:飲み物

★お裁縫倶楽部(無料)3/13定員6名位 15:00~16:00 ミニリュックキーホルダーや定期入れ。

★書道(無料)3/14定員6名 15:00~16:00 姿勢を正して書に向かい合ってみましょう。

★好きな曲をみんなで歌おう(無料)3/15.3/29定員なし 14:30~16:00 好きな曲を歌本から

選んで、ギターなどの伴奏で歌いましょう。ご自身で楽器持参の方大歓迎。月2回実施。

★カラオケ3/17定員6名位 14:30~16:30頃 センター集合14:15,

カラオケボックスに行きます。用意する物:カラオケ代(630円程度、ワンドリンク含)

★Tea Time in Music(無料)3/19女性限定、定員6名 15:30~16:30

音楽を聴きながらティーブレイク。今回は「梅昆布茶」を飲みながら梅や桜の切り絵をしてみませんか。

★やっちゃんば市場 (無料)3/21 予約はいりません。13:30~14:30

お手頃価格で新鮮な野菜などの即売会です。

★プラバンdeキーホルダー作り(無料)3/22定員6名 15:00~16:00

オリジナルのキーホルダー等を作りましょう。

★手芸(つまみ細工)(無料)3/26定員6名位 15:00~16:00 布端切れなどを使って

花などを作ります。

★椅子ヨガ(無料)定員なし3/27 15:00~16:00 動きやすい服や靴でご参加ください。

★夕食会(会費200円)3/28定員10名 16:30~17:30 『絶品ポークカレー』

スープ、サラダ付。会費(200円)の支払いは3/25(火)までをお願いします。

※申込用紙に「キャンセル待ちの欄」はありません。申込時は定員に空きがあるかご確認願います。

申込後に不参加が決まった方はなるべく早めにご連絡ください。