



第27回 文化祭

10月26日(土)・27日(日)



作品展示会
10月26日(土) 9時~15時
10月27日(日) 9時~12時ころ
※ 終了時間は予定です
会場：1階ロビー・3階ロビー

26・27日



27日

地区センターで定期的に活動されている
5サークルさんによる展示会です。
水墨画・絵手紙・書道・織り・戸塚刺しゅう
の方々の素敵な作品が並びます♪

舞台発表会
10月27日(日) 10時~12時ころ
※ 終了時間は予定です
会場：3階ホール(体育室)

新舞踊・詩吟・練功十八法・オカリナ
子どもたちが踊るチアダンス♪
5サークルさんが日ごろの成果を披露します♪
みんなで参加して盛り上がりましょう!



ぜひ会場まで足をお運びください♪

□ プログラムは27日当日、1階窓口にてお配りします □

プログラムは舞台発表会後のお楽しみ抽選会でも使います。

最後まで大切にお持ちください♪

お願い
します

舞台発表会をご覧になる方は上履きをご持参ください。

ご来館の際はできる限り、公共の交通機関をご利用ください。



◆ ホームページをリニューアルしました ◆
はっさむ地区センター、図書室のお知らせなど、ホームページでも
ご覧いただけます。右のQRコードからアクセスしてみてください。

はっさむ地区センターホームページ
<https://h-chikucenter.com/>





秋・冬の講座ご案内



寒い季節も講座 ✦ いかがでしょうか？



講座名・講師	内容	日時・定員・受講料	申込開始日
10月 姿勢美づくり [講師] 整体師 大山 裕起	姿勢が整うことでの効果 快適に動ける体、血行促進、体力向上 etc。姿勢のプロがコツをわかりやすくお話しします。	10/31(木) 全1回 [時間] 10:00~11:30 [定員] 15名 [受講料] 800円	10/17 (木)
11月始まり はじめてのリズムボクシング [講師] フィットネスインストラクター 知野 靖子	音楽に合わせて身体を動かし、代謝・筋力アップ・運動不足解消・ストレス発散でスッキリさせます。はじめての方も大丈夫です。	11/1, 8, 15, 22(金) 全4回 [時間] 18:30~19:20 [定員] 20名 [受講料] 2,800円	9/18 (水)
11月 篆刻(てんこく) [講師] 書道・篆刻家 太田 篤雲	自分の好きな文字を石のハンコにしてみませんか♪彫り方から丁寧に指導いたします。(2センチ角の石に2~3文字を彫ります)	11/17(日) 全1回 [時間] 13:00~17:00 [定員] 10名 [受講料] 1,500円 [材料費] 500円	10/15 (火)
11月始まり らくらく健康体操 [講師] 地域ウエルネス・ネット フィットネスアドバイザー	椅子に座ってできる簡単な体操が中心です。幅広い年代の方におすすめの講座です。	11/27 12/4, 11, 18, 25(水) 全5回 [時間] 10:00~11:00 [定員] 25名 [受講料] 3,500円	10/16 (水)
11月始まり リラックスヨガ [講師] 地域ウエルネス・ネット フィットネスアドバイザー	簡単で分かりやすいヨガのポーズと深呼吸で心身共にリラックス。初めての方も安心して参加いただける講座です。	11/29 12/6, 13, 20, 27(金) 全5回 [時間] 18:30~19:30 [定員] 25名 [受講料] 3,500円	10/18 (金)
1月始まり らくらく健康体操 [講師] 地域ウエルネス・ネット フィットネスアドバイザー	椅子に座ってできる簡単な体操が中心です。幅広い年代の方におすすめの講座です。	1/8, 15, 22, 29 2/5(水) 全5回 [時間] 10:00~11:00 [定員] 25名 [受講料] 3,500円	12/11 (水)
1月始まり リラックスヨガ [講師] 地域ウエルネス・ネット フィットネスアドバイザー	簡単で分かりやすいヨガのポーズと深呼吸で心身共にリラックス。初めての方も安心して参加いただける講座です。	1/10, 17, 24, 31 2/7(金) 全5回 [時間] 18:30~19:30 [定員] 25名 [受講料] 3,500円	12/13 (金)



書き初め展示会

のお知らせ

新年の目標やおめでたい言葉など好きな字を書いてください♪



発寒、発寒北地区の小学生・中学生を対象とした書き初め展示会を開催します！

入賞者には賞状と記念品、また参加された方には参加賞を差し上げます。

たくさんのご応募、お待ちしております。

- 受付期間 **令和6年12月23日(月)~令和7年1月7日(火)**
(12月29日(日)~1月3日(金)は年末年始のためお休みです)
- 応募対象 発寒、発寒北地区にお住まいの小・中学生
- 申込方法 所定の[申込用紙・出品票]に記入し、作品と一緒に提出してください。
なお、出品票は作品の左下に貼付して下さい。(作品は一人1点とします)

※ 申込用紙は、12月中旬頃から、はっさむ地区センター窓口にて配布いたします。

- 展示期間 **令和7年1月18日(土)~24日(金)**

