

### 栄地区センター3月の行事予定

①3月11日(土)14:00~15:30「春の子供映画会」  
 ②3月14日(火)10:00~12:00「講座:お家の塗装のお話し」  
 ③3月14日(火)11:00~12:00「乳幼児の読み聞かせの会」  
 ④3月25日(土)14:00~15:30「お話し」  
 ※注②は、東区にお住まいの方で、事前の申込が必要です。申込は先着16名が定員ですので、お断りする場合があります。(すでに受付は開始しています。)  
 問合せ:申込先:栄地区センター TEL704-6005  
 ③は、お友達連れの方が対象です。  
 ④は、読み聞かせで、大人から子供までが対象です。

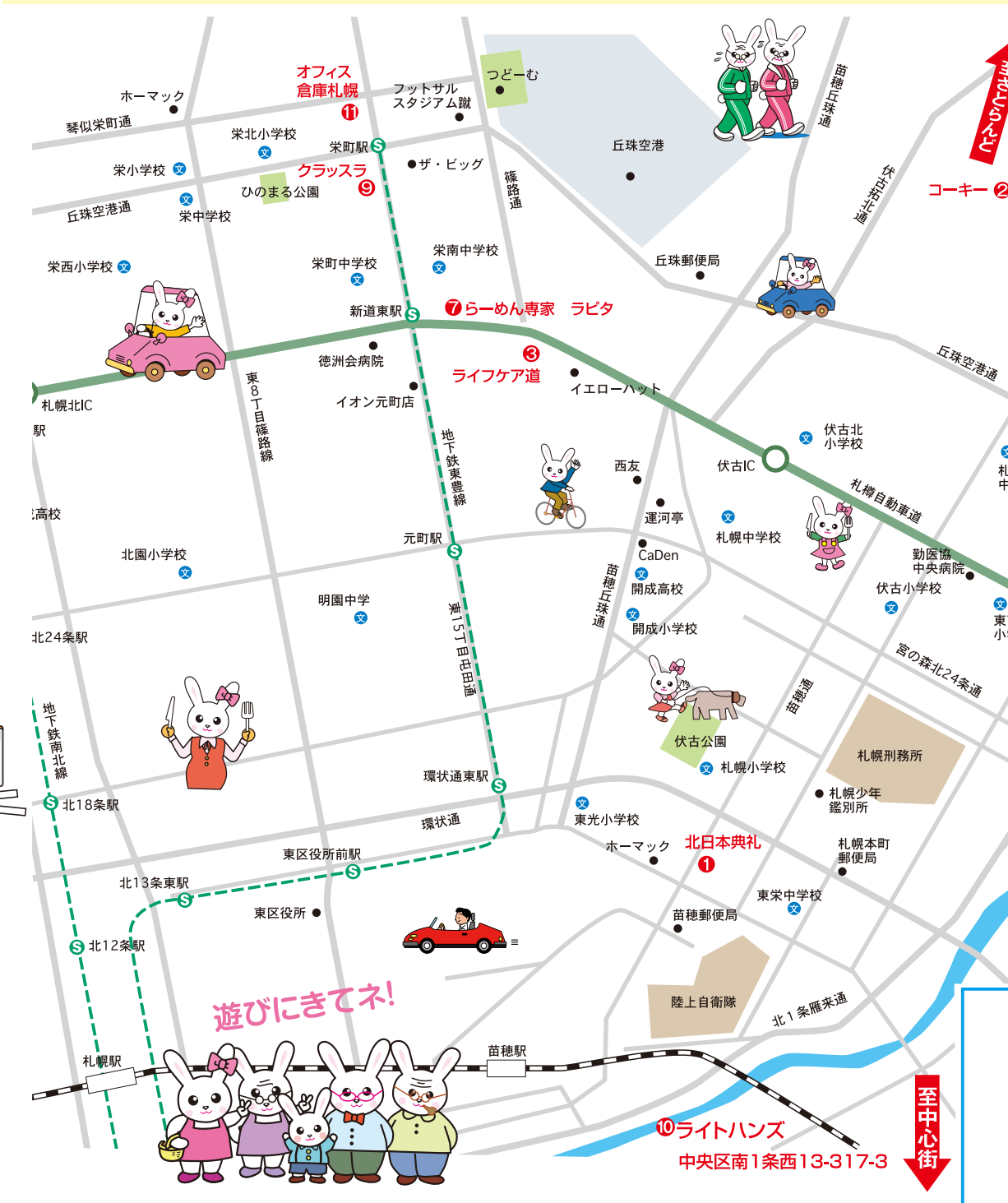
### さわやかサロンオープン!

伏古本町地区町内会のご高齢の皆様が、気軽に立ち寄れるサロンを、町内会と福祉プラザが協力して、苗穂本町地区センターでオープンいたします。お一人でも、お友達と一緒にでも、お気軽にお越しください。  
 ●会場:苗穂本町地区センター(本町2条7丁目)  
 ●対象者:伏古本町地区の町内会員でおおむね65歳以上の方  
 ●参加費:お一人100円  
 ●内容:コーヒー、お茶、お菓子を提供いたします。また、将棋、囲碁、オセロ、麻雀などゲームやカラオケ、スカットボール、卓球もできます。  
 ●運営団体:本町第8、本町第10、本町第11、本町第12、伏古第2町内会福祉プラザが主催  
 ★3月以降も毎月1回、第3火曜日に開催します。  
 ●問合せ先:上記運営団体の会長又は伏古本町まちづくりセンター TEL784-5534 FAX784-2530

### ふしこ地区センター3月の行事予定

1.パソコンはじめの一歩講座「初めてパソコンに触れる方ももう一度基礎を確認したい方対象」  
 ○期日/5月22日から6月8日までの月曜木曜週2回午前中 合計6回  
 ○場所/ふしこ地区センター 音楽室  
 ○受講料/5,200円(教材費・レンタル料込)○募集人員/20名  
 ○受付日/5月8日(月)  
 2.初心者限定女性マージャン教室  
 ○期日/6月6日から7月25日までの火曜週1回夜間 合計8回  
 ○場所/ふしこ地区センター 音楽室  
 ○受講料/5,700円(教材費込)○募集人員/24名○受付日/5月16日(月)から  
 3.おからを使って味噌づくり講座  
 ○期日/6月9日金曜午後 合計1回  
 ○場所/ふしこ地区センター 実習室  
 ○受講料/1,000円○募集人員/10名○受付日/5月19日(金)から  
 お問い合わせ/ふしこ地区センター ☎011-6323

### 栄町・丘珠・伏古・東苗穂・東雁来・本町特集



### 苗穂本町地区センターの行事予定

#### 春のおすすめ講座

室内ゲームを楽しもう!! 初めてのカーリンコン講座  
 ○日時/5月1日・8日・22日・29日月曜日 全4回 10:00~11:30  
 ○受講料/2,200円 ○定員:21名  
 ○持ち物/動きやすい服装・中靴・汗拭きタオル  
 ○講師/北海道カーリン協会インストラクター  
 ○申込/4月11日(火)9:00から17:00まで申し込みを受付、募集人数を超えた場合抽選となり翌日受講決定者に連絡致します。

めざせリレー選手!! 小学生のためのかけっこ教室  
 ○日時/4月22(土)全1回 10:00~11:30  
 ○受講料/800円 ○募集人数40名  
 ○持ち物/動きやすい服装・上靴(運動靴)汗拭きタオル飲み物  
 ○講師/リーフラス(株)派遣講師  
 ○申込/受付中  
 元氣アップ体操教室  
 毎月2回、激しい運動を伴わないストレッチやゲーム感覚で楽しみながらできる体操など  
 ○日時/毎月第2・4火曜日 13:30~15:00  
 10月のみ第4・5火曜日実施6月13日・27日7月11日・25日8月8日・22日9月12日・26日10月24日31日  
 ○受講料/2,000円(全10回分) ○定員:20名  
 ○持ち物/動きやすい服装・上靴(運動靴)汗拭きタオル飲み物  
 ○講師/介護予防センター伏古本町 豊島 優允氏 リーフラス(株)派遣講師  
 ○申込/5月15日(月)9:00より先着順受付

若石式足もみ健康法  
 ●3月16日(木)春に向けての身体調整②(肝臓・胆のう)  
 ○講師/ウェルネット主宰 川辺きよみ氏  
 ○時間/13:30~15:30  
 ○受講料/毎回800円 ○定員/20名  
 ○持ち物/あれば、もみ棒  
 ○申込/2月24日(金)9:00~ 電話:窓口にて先着順受付

歌声サロン  
 ○日程/3月2日(木)・9日(木)・23日(木)・30日(木)  
 ○参加料(歌本代金)/各回800円  
 ○時間/各回13:30~15:00  
 ○定員/各回20名  
 ○申込/各回随時受付中※電話:窓口にてお申込みください。

大人の映画会  
 ○開催日/3月11日(土) ○開場/13:00  
 ○上映開始/13:30 ○会場/2階 集会室  
 ○定員/各回30名 ○入場料/無料  
 ※事前申込は不要です。直接お越し下さい。  
 ○上映予定/「風と共に去りぬ」  
 ※上映内容は変更になることがあります。ご了承ください。

開館記念コンサート  
 ○開催日時/3月18日(土) 開場/14:00 開演/14:30  
 ○会場/1階ホール ○定員/250名 ○入場料/無料  
 ○出演/イーストヒルズ・ウインドアンサンブル  
 ○演奏曲/愛燦燦 越冬つばめ ほか  
 ※入場整理券はございませんので直接会場へお越しください。

春休みはじめての子ども音楽会  
 ~こんにはいオペラ~  
 ○開催日時/3月25日(土) 開場/13:00 開演/13:30  
 ○会場/2階集会室 ○定員/50名 ○入場料/無料  
 ○対象/未就学児~小学生(未就学児は保護者同伴でお願いします)  
 ○出演/札幌オペラシンガーズ  
 ※入場整理券はございませんので直接会場へお越しください。  
 ※定員になり次第、入室をお断りすることがございます。

子どものならいごと 地区センターを会場にしています  
 ★学研 苗穂本町教室  
 ○科目/算数・国語・英語 ○学習日/水・金  
 ○問合せ/080-3254-6458  
 ★そろばんdeあんさん パワーっクラブ  
 ○開催日/火曜日 14:30~17:30  
 ○問合せ/0120-248-428

包丁研ぎ屋さんかきます  
 ○毎週第4木曜日 11:30~13:00  
 ○当日お預かり、翌日午後センターでお渡しします。  
 ○家庭用包丁研ぎ代1本600円(税込)前金制  
 ※包丁以外の刃物、柄交換も可  
 ※当日持参出来ない方は事前にセンターでお預かりできます。詳細はお問い合わせください。

雪対策はお任せ下さい!!  
**新 ステップラバー**  
 株式会社 コーキー  
 札幌市東区東苗穂13条1丁目5番30号  
 TEL/FAX011-791-8810  
 E-mail e-bear@gray.plata.or.jp  
 ホームページ http://www.ko-kii.com

不用品の回収は無料  
**オフィス倉庫札幌**  
 市内近郊 出張見積無料  
 札幌市東区北47条東15丁目  
 ☎011-748-8787

自立訓練(生活訓練)施設  
**ライフケア道オープン**  
 東区北30条東20丁目2-16 TEL011-790-6300  
 障がいのある方、一緒に働いてみませんか? **就労大募集** PC・清掃・調理 駄菓子販売  
**ライスホーム道** TEL011-786-3466

道内最安値!安心保証!安心施工!  
**防犯・監視カメラシステム**  
 遠隔録画監視可能! 格安!各種ご提案致します!  
**Finnovate**  
 (株)エフイノベイト  
 札幌市東区東雁来6条2丁目  
 011-214-1398

あなたの街のてんきやさん  
**コンパスはんだ**  
 札幌市東区東苗穂10条2丁目14-23 定休日:日曜日  
 ☎011-791-0708

福社葬 自宅葬 家族葬  
 専門業者だからできるサービス  
**ぜひ一度御相談下さい!**  
 ●無宗教なので儀式的な事はいらない。  
 ●家族だけで送ってあげたい。  
 ●御近所に知らせないでやりたい。  
 ●費用をかけたくない。  
 ●生活保護を受けている。など  
**24時間** もしもの時は、  
**いつでも** いつでも御連絡下さい。  
 ◆互助会に加入されている方も比較してみてください  
 ◆火葬するだけでも受付しております  
 信頼と安心の葬儀社 各自治体、町内会特約  
**株北日本典礼** ☎787-4194  
 札幌市東区本町1条4丁目2-4

ミートボーイは**肉**の専門店です  
 ミートボーイは毎月**肉**にちなんで、  
**2日、9日、19日、29日は10%OFF**  
**MEAT BOY** http://www.three-code.co.jp  
**ミートボーイ** 営業時間 AM10:00~PM7:00  
 札幌市東区東雁来10条3丁目1-21 東雁来ショッピングセンター内

高価買取 出張買取無料!!  
**エコ栄町店**  
 北海道公安委員会許可第101030001056号  
 格安販売 リサイクルショップ  
 道品整理 ゴミ処分  
 ☎0120-34-8550  
 札幌市東区北41条東15丁目3-18

お客様に喜んでいただける畳を作ります。まずはお気軽にご連絡下さい。  
**有限会社 前田豊店**  
 畳・内装工事一式請負  
 札幌市東区東苗穂12条2丁目12番地10号  
 ☎011-791-3986 ☎011-791-2977

家事代行サービス **Right Handz** DAILY LIFE PARTNER  
 サービス内容はお客様のご要望通り 毎回替えられます! 女性スタッフ 事前顔合わせあり! (交代可能)  
**3月末まで**  
**家事代行サービス応援キャンペーン**  
 月4回 1回2時間コース ▶ 通常 月額 22,400円 ▶ 初回月半額!! 月額 11,200円 ▶ 2ヵ月目以降 永久15%OFF 月額 19,040円  
 月2回 1回2時間コース ▶ 通常 月額 11,600円 ▶ 初回月半額!! 月額 5,800円 ▶ 2ヵ月目以降 永久15%OFF 月額 9,860円  
 ※価格は全て税別です。※3ヶ月以上継続される方に限り。※交通費札幌市内一律500円  
**サービス内容(組み合わせ自由)**  
 風呂掃除 トイレ掃除 洗面台掃除 台所掃除 掃除機掛け 拭き掃除 玄関掃除 片付け 収納 買い物 料理 食器洗い 洗濯 洗濯物干し ベッドメイク 草むしり 窓拭き 鍵のお預り  
**0120-900-266** [受付時間] 10:00~20:00 (年中無休)  
 ホームページからお申し込み・お問い合わせOK! **right-handz.com** ライトハンズ 札幌 検索  
**ライトハンズ株式会社** 札幌市中央区南1西13-317-3フナコシヤ南一条ビル6F  
 ●入会金・年会費は完全無料 ●土日祝日も対応可能 ●万が一の家財破損も安心保証 ●プライバシー厳守

ハウスクリーニング **Right Handz** DAILY LIFE PARTNER  
 普段落としきれない 汚れを1回でスッキリ!  
**3月末まで**  
**大掃除応援キャンペーン**  
 サービス6つ 選択コース 最大 25,800円お得! **26,800円**  
 サービス4つ 選択コース 最大 18,800円お得! **19,800円**  
 サービス2つ 選択コース 最大 8,000円お得! **13,800円**  
 ※価格は全て税別です。※交通費札幌市内一律500円  
**キャンペーン対象サービス**  
 レンジフード(換気扇) 12,000円 トイレ掃除 7,000円 床拭き(1フロア/60分まで) 7,000円  
 台所掃除 9,800円 洗面台掃除 5,000円 棚拭き(1フロア) 7,000円  
 風呂掃除 9,800円 窓拭き(5枚) 5,000円 照明拭き(2フロア/10分以内) 7,000円