

3/8 (Sat)

# アンサンブルフレブル CONCERT

札幌市内で活動する札幌吹奏楽団に所属する有志によって結成されたアンサンブルチーム。札幌吹奏楽団は、今年で創立54年を迎える老舗のアマチュア吹奏楽団。現役の大学生から会社員、主婦、還暦を過ぎたおじさまなどなど、年齢も職業も様々なメンバーが音楽を楽しむために集まっています。

吹奏楽団では40人程で演奏しますが、当日は少人数での演奏となります。大勢での演奏とは違い、楽器それぞれの音色を存分にお楽しみいただけます。



- メンバー：
- |          |        |        |        |
|----------|--------|--------|--------|
| ソプラノサクソ  | 大湯 伸吉  | ホルン    | 大谷 真奈美 |
| アルトサクソ   | 藤井 なつ希 | トランペット | 笹森 比呂志 |
| クラリネット   | 鈴木 佐知  | トロンボーン | 鈴木 優菜  |
| バスクラリネット | 松本 香奈  | チューバ   | 松本 仁孝  |

3/13 (Thu)

# 今年度最後 スナック〜笑〜

また来シーズンに会いましょうパーティー♪



昭和のあの頃を思い出し、皆さんでワイワイ歌って語り合いませんか？ノンアルコール飲料・おつまみを用意してお待ちしております！

3/19 (Wed)

# アートヒルズ 感謝祭

皆さまへ日頃の感謝をこめて

豪華景品が当たる!

**BINGO!**

ビンゴ大会

お好み寿司

皆さまお待ちいたしました。大好評!!

1年振りのお好み寿司! 昼食の御膳とは別に、有料とはなりますが1貫からご注文いただけます。

2025.3

橋本さつきの音楽学院

3ヵ月後、1年後、イキキと過ごすことを目指して、音楽をきっかけ健康を導きます。

「声を出す、舌・口まわりの運動、のど・肺の強化、頭のトレーニング」などを行います。持ちものは楽しむところです♪ 皆さまのご参加をお待ちしております。

3月からの新活動!! 毎週月曜日14:00~15:00

「したい」「やりたい」の思いに寄り添った活動を企画中

第8弾 チャレンジ部 外食チャレンジ ラーメン編

活動報告

一月十六日(木)、札幌市豊平区中の島にある、すみれ中の島本店にラーメンを食べに行くと外食ツアーに行っていました。当日は天気も良く一月にしては暖かく、ツアー日和な日でした。お昼時でしたが、並ぶこともなくスムーズに入店できました。

すみれでは味噌ラーメンが有名で、全員味噌ラーメンを頼んでいました。食べ終わった後の皆様の表情はとても満足した笑顔で溢れていて、とても美味しかったと、幸せな時間を共有することができました。

冬でも熱い! 集団リハビリのご案内!!

集団リハビリのメリットは、他者交流です。他者との関わりを通して、自身の居場所や役割を感じる、そうすると日々の生活に張り合いが生まれます。興味湧いたら、お気軽にご相談ください。

理学療法士 渡辺 凌

運動 ゴルフ カフェ

最近流行りのモルック導入 夏は外でアプローチ練習 出汁カフェを開店!

注目! 注目は「アートカフェ」行く側ではなくて、カフェを開く側ですよ!

心の歌 【誕生会】

あこがれの真紅のバラを胸にさし 降りしきる雪 まばゆくもあり

山崎 民子 様

【ことばの散歩道】 一月は私の生まれ月。今年も良い年でありませう様祈ります。

愛ちゃんマークのご案内

愛ちゃんマークのついている行事につきましては、事前のお申し込みが必要となります。

- フラワーアレンジメント
- ソフト粘土

# 2025.3 Art Hills

医療法人愛全会  
介護老人保健施設

アートヒルズ ☎ (011) 593-0365

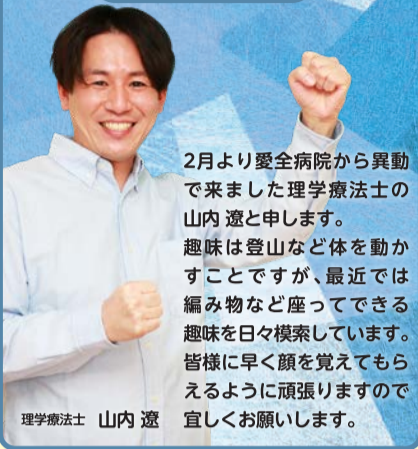
## 行事等における特別食のご案内

★ 1,530円

★ 1,230円

星マークの表示されているメニューは特別料金でご提供となりますのでご確認ください。

### スタッフ紹介



理学療法士 山内 遼

2月より愛全病院から異動で来ました理学療法士の山内 遼と申します。趣味は登山など体を動かすことですが、最近では編み物など座ってできる趣味を日々模索しています。皆様に早く顔を覚えてもらえるように頑張りますので宜しくお願いします。

## 初心者大歓迎!!

### ウクレレ教室

毎週月・水曜日開催!

Profile 飛澤 良一(札幌出身)  
ラテンクラブジャズバンド COPABONITOSのリーダー。

初心者の方でもすぐに曲に合わせて弾けるよう指導します。是非チャレンジしてみてください。

土 Saturday

1 早春の弥生

●手 芸  
●大 正 琴

春うらら 弥生御膳

●民 謡

●ドッグセラピー

フォローお願いします!

facebook



Instagram



ARTHILLS8500

月 Monday

火 Tuesday

水 Wednesday

木 Thursday

金 Friday

3 上巳の節句

●手 芸  
●ウクレレ教室

日本の五節句 桃の節句御膳

●さつきの音楽学院  
●らくらくパワーアップ

4 三線の日

●手 芸  
●編物教室

五感に広がる 鍋焼きうどん御膳

●みんなで踊ろう  
●詩 吟道  
●華 道  
●パソコン教室

5 スチュワートの日

●手 芸 ●書道  
●ウクレレ教室

カラーゲンたっぷり 楊貴妃御膳

●みんなで奏でる音楽療法  
●陶 芸  
●遊 F i t

6 スポーツ新聞の日

●手 芸  
●エコクラフト

彩食健美

●山形プロビリヤード講座  
●ボランティア倶楽部  
●書道 ●華道  
●栄養講話

7 メンチカツの日

●手 芸  
●編物教室

春キャベツを添えて メンチカツランチ

●ダンス学院  
●みんなでクリエイト  
●書道  
●パソコン教室

8 さやえんどうの日

●手 芸  
●大 正 琴

アンサンブル フレブル CONCERT



10 砂糖の日

●手 芸  
●ウクレレ教室

免疫力UP マルチビタミン豆乳鍋

●さつきの音楽学院  
●ボランティア倶楽部  
●ソフト粘土

11 バンダ発見の日

●手 芸  
●編物教室

Happy Birthday お祝い御膳

●イ ス ロ ビ  
●詩 吟道  
●華 道  
●パソコン教室

12 スイーツの日

●手 芸 ●書道  
●ウクレレ教室

プリプリ海老の ふわふわオムライス

●みんなで奏でる音楽療法  
●陶 芸  
●遊 F i t  
●フラワーアレンジメント

13 新撰組の日

●手 芸  
●エコクラフト

大地の恵み 山菜天婦羅御膳

●スナック〜笑〜  
●書道  
●華道

14 ホワイトデー

●手 芸  
●編物教室

愛を込めて 創作フレンチ

●ダンス学院  
●みんなでクリエイト  
●書道  
●パソコン教室

15 オリーブの日

●手 芸  
●大 正 琴

おすすめ! 春風満喫御膳

●中国気功体操  
●民謡

17 春のお彼岸入り

●手 芸  
●ウクレレ教室

初桜 桜吹雪御膳

●さつきの音楽学院  
●らくらくパワーアップ  
●ソフト粘土

18 明治村開村記念日

●手 芸  
●編物教室

喫茶店シリーズ カツカレー

●みんなで踊ろう  
●詩 吟道  
●華 道  
●パソコン教室

19 ミュージックの日

●手 芸 ●書道  
●ウクレレ教室

アートヒルズ 感謝祭



皆さまへ日頃の感謝をこめて

20 春分の日

●手 芸  
●エコクラフト

旬の「筍」 若菜御膳

●山形プロビリヤード講座  
●ボランティア倶楽部  
●書道  
●華道

21 国際森林デー

●手 芸  
●編物教室

栄養士にお任せ 美彩丼御膳

●ダンス学院  
●みんなでクリエイト  
●書道  
●パソコン教室

22 放送記念日

●手 芸  
●大 正 琴

魚介が美味しい 函館御膳

●太極拳  
●民謡

24 ホスピタリティー

●手 芸  
●ウクレレ教室

ジューシーハンバーグ

●さつきの音楽学院  
●ボランティア倶楽部  
●らくらくパワーアップ

25 散歩にゴーの日

●手 芸  
●編物教室

世界に愛を♡ 天婦羅御膳

●イ ス ロ ビ  
●詩 吟道  
●華 道  
●パソコン教室

26 北海道新幹線開通記念日

●手 芸 ●書道  
●ウクレレ教室

こだわりの 鯖の味噌煮

●みんなで奏でる音楽療法  
●陶 芸  
●パン訪問販売  
●フラワーアレンジメント

27 さくらの日

●手 芸  
●エコクラフト

Happy Birthday お祝い御膳

●中国気功体操  
●レッツクッキング♪  
●書道  
●華道

28 三つ葉の日

●手 芸  
●編物教室

香りもご馳走 寄せ鍋御膳

●ロッキーさんと歌おう  
●書道  
●パソコン教室

29 マリモ記念日

●手 芸  
●大 正 琴

春の味だより 桜花御膳

●山形プロビリヤード講座  
●らくらくパワーアップ  
●民謡

31 オーケストラの日

●手 芸  
●ウクレレ教室

旨味のハーモニー 日式中華御膳

●さつきの音楽学院  
●らくらくパワーアップ



## 川柳倶楽部

川柳 暖冬で 心も晴れる 桜はな便り 小柳 恵美子様

川柳 湿り雪 始末追込 春うらら 佐藤 大介様

月 Monday