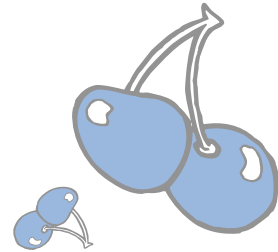


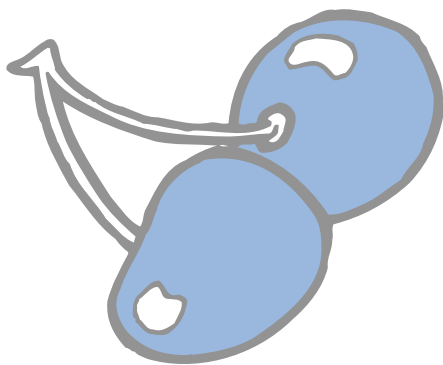


多胎児育児サークル

# さくらんぼの会



▲さくらんぼの会の皆さん。子どもたちも元気いっぱいです



「さくらんぼの会」は、双子などの多胎児を育てるお母さんたちの会です。現在、会員は約20組で、不用になった育児用品の交換会や遠足など、さまざまな活動を行っています。

多胎児を育てるには、特有の悩みがあります。例えば、専用のベビーカーが高価であることや、食事や入浴時に多くの手間がかかることなどです。

「この会は、共通の悩みを持つお母さんが、育児に役立つ情報を交換したり、アドバイスを受けたりすることができるので、いろいろ参考になりますね」と、代表の橋本千恵さん。ご自身も2歳半になる双子を育てています。

「一番の悩みは、多胎児の育児に関する情報が少ないこと。そのために、妊娠中からさまざまな不安がありました。この会では、保健センターの保健師さんや栄養士さん、保育士さんなどのバックアップも受けながら、いろいろな情報交換ができるので、同じ悩みを持ったお母さん同士で、少しでも育児に役立てられる会にできればいいですね」と、その思いを話してくれました。



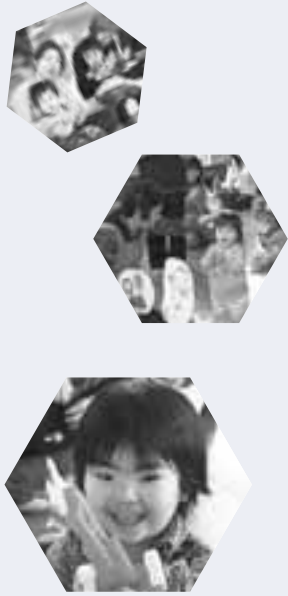
編集 手稲区役所総務企画課広聴係  
ホームページ「ていねっていいね」<http://www.city.sapporo.jp/teine/>  
〒006-8612 札幌市手稲区前田1条11丁目  
☎ 681-2400内線224 FAX681-6639

行ってみよう!

手稲の

# 子育てサロン

全市版のページでは、札幌市の子育て支援事業をご紹介します。では、私たちの住んでいる手稲区では実際にどのようなことが行われているのでしょうか。また、子育ての情報はどこで聞けばいいのでしょうか。そこで今回は、手稲の子育てサロンをご紹介します。



※写真は子育てサロン『どんぐりひろば』

## ●母と子のひととき☆タイム ひよっこ～はじめての子育てサロン

区内では各地でさまざまな子育てサロンが開かれています。その中で、今回は『母と子のひととき☆タイム ひよっこ』を訪問しました。ひよっこでは親子で自由に遊んだり、毎回楽しい行事を行っています。この日はミニバレーボールが行われる日です。それでは、初めて参加する大橋さん親子と一緒にサロンをのぞいてみましょう。



①

①子どもをボランティアさんの手に。初参加の大橋さんですが、子育てのベテランの方が預かってくれるので安心です。



③

②ミニバレーボールサークル『遊球』の皆さんの手ほどきを受けながら、みんなでボールを追います。

③体育室に、徐々に調子が出てきたお母さんたちの喚声がかきこまれる頃、子どもたちは読み聞かせサークル『ぼけっと』の紙芝居に夢中です。

④ミニバレーボールの後は、同じく初参加の中村さんや周りのお母さんたちと育児などの話が弾み、心も体もリフレッシュした大橋さん。明日からも、楽しく子育てができそうですね。

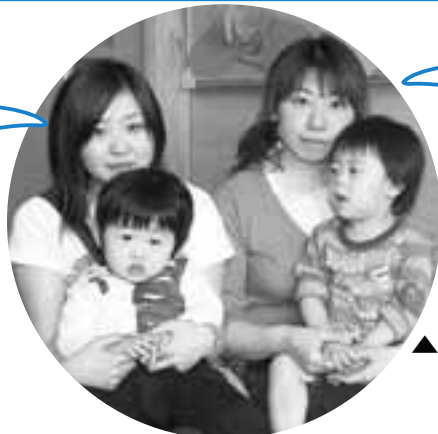


②



④

初めてで緊張しましたが、皆さんが気軽に話しかけてくれてほっとしました。久しぶりの運動でとても楽しかったです。

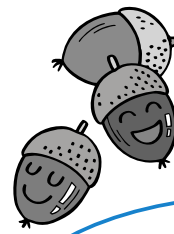


回覧板に『子育てカレンダー』が入っていて、このサロンを知りました。今日はミニバレーボールを楽しみに来ました。

▲この日、ひよっこに参加した  
おおほしゆみこ  
大橋由美子さん(右)と  
なかむらあゆみ  
中村愛弓さん(左)

# ●どんぐりひろば～親子を迎えるボランティアさん

子育てサロンでは、地域の方などがボランティアとして活躍しています。手作りのおもちゃで子どもたちと遊んだり、お母さんたちの相談に乗ったりしてくれるボランティアの皆さんの活躍を見てみましょう。



将来子育てが終わった時、「今度は私が同じように遊んであげたい」とボランティアに参加してくれたらうれしいですね。



①

①ボランティアさんと「もぐらたたきゲーム」で楽しそうに遊ぶ子どもたち。子育てサロンでは、このような楽しいおもちゃを作って皆さんを待っています。「おもちゃは私たちの手作りです。たくさんのおもちゃに使用してもらいたいですね」



②

②お母さんとボランティアさんが輪になって笑顔で話しています。日ごろの育児の悩みも、子育てサロンでは気やかな雰囲気の中で相談できます。ボランティアさんの子育ての知識や経験が、大いに皆さんの役に立ててもらえればいいですね。



▲『どんぐりひろば』でボランティアをしている渡邊サツ子さん

## 子育てサロンに行ってみよう！

区内には、今回ご紹介した以外にも子育てサロンがあります。お気軽にお越しください。

### 地域主体の子育てサロン

名称	住所
どんぐりひろば	曙5-2
ニコニコクラブ	曙2-1
山のこどもひろば	手稲本町3-1
でこぼこKIDS	前田13-10
グリーンピース	前田8-9
とんとんひろば	前田4-10
ぱぺっと	西宮の沢4-3
母と子のひととき☆タイム	西宮の沢2-4
ひよっこ	西宮の沢2-4
ポコ・ア・ポコ	富丘1-4
新発寒むくどりひろば	新発寒2-2
いなりんキッズ	稲穂3-5
行楽第一子育てサロン	稲穂4-3
光星いきいきサロン	稲穂2-1
なかまや	金山3-2
星置地区☆健康づくり	星置2-3
星置ピノキオルーム	星置1-1

### 児童会館の子育てサロン

時間：午前10時30分～正午

曜日	会場	住所
火	西宮の沢児童会館	西宮の沢2-4
	前田しらかば児童会館	前田8-15
	星置児童会館	星置2-7
水	いなづみ児童会館	前田4-4
	富丘児童会館	富丘3-6
木	新発寒児童会館	新発寒6-4
	手稲前田児童会館	前田2-12
	あけぼの児童会館	曙9-1
金	稲穂児童会館	稲穂3-5
	金山児童会館	金山3-2

### 常設の子育てサロン 時間：月～土曜日の午前9時～午後5時

手稲区保育・子育て支援センター  
(ちあふる・ていね)

住所 手稲本町3-2  
☎ 681-3162



※詳細は『きってみてルーム』まで

この特集でご紹介しました各サロン等は、祝日・年末年始は休みとなります。

『きってみてルーム』では子育てサロンのご紹介だけでなく、絵本・子育てに関する書籍・ビデオ等の貸し出し、情報提供・相談などを行っています。お気軽にお立ち寄りください。

場所 手稲区民センター1階  
(子育て支援係事務室内)  
時間 月～金曜日の午前8時45分～午後5時15分  
☎ (081) 2400 内線555

ホームページでも子育てサロンなどの情報を提供していますのでご利用ください(下記参照)。



▲ぜひ親子でお越しください

### きってみてルーム

「私も子育てサロンに行ってみたくなったわ。でも、どうしたらいいのかしら…」  
そんな時は、子育て情報室

HP [http://www.city.sapporo.jp/teine/hoken/hokenfukushi/kosodate\\_1.html](http://www.city.sapporo.jp/teine/hoken/hokenfukushi/kosodate_1.html)

# ご存じですか？ お近くのまちづくりセンター

区内7カ所の『まちづくりセンター』。まちづくりの拠点として活動するほか、住民票などの各種証明の取り次ぎもしています。ここでは、身近で皆さんのお役に立つ『まちづくりセンター』をご紹介します。



まちづくりセンターって何をやっているんだろう？



## 住民票、戸籍証明、印鑑証明などを取り次ぎます

市内に住所、本籍があれば、全区の住民票、戸籍証明などを取り次ぎます。

## 地域の課題解決のお手伝いをします

町内会、商店街、企業、PTAなど地域の皆さんが協力して、自ら地域課題を克服するための取り組みを支援します。

また、地域情報の交流や地域づくりの課題などの相談やアイデア・事例の提供を行い、市役所や住民組織などとの連携、調整を進めています。

## 様々な情報を発信します

市政に関するパンフレットや冊子類などを配布しています。また、市民の皆さんが利用できる情報収集のためのインターネット情報端末を設けているほか、地域の皆さんが簡単な打ち合わせなどに利用できる情報交流スペースを設けたまちづくりセンターもあります。

まちづくりの拠点としていろいろなことに取り組んでいるんじゃ



## 手稲区内のまちづくりセンターはこちら

### 手稲

まちづくりセンター

(手稲本町3-1 ☎681-2131)



### 手稲鉄北

まちづくりセンター

(曙2-1 ☎684-0048)



### 前田

まちづくりセンター

(前田6-9 ☎683-4422)



### 新発寒

まちづくりセンター

(新発寒5-4 ☎684-5557)



### 富丘西宮の沢

まちづくりセンター

(富丘2-2 ☎685-4745)



### 稲穂金山

まちづくりセンター

(稲穂3-5 ☎684-4020)



### 星置

まちづくりセンター

(星置2-3 ☎695-3222)



## お待ちしております！

身近にお困りごとがありましたら、お近くのまちづくりセンターでお気軽にご相談ください。

# ていね お知らせ

6月11日から7月10日までの区内の情報です

人口 137,910人 (+89)  
世帯数 52,322世帯 (+247)  
( )内は前月比  
5月1日現在

## 手稲山ウォーキング

**日時** 7月2日(日)午前8時45分  
**区分** 区民センター集合、午後2時区民センター到着予定。  
**対象** 区内にお住まいの健康に自信のある方(中学生以下は保護者同伴)。  
**集合** 区民センター1階ロビー(前田1条11丁目)。  
**コース** 区民センター(集合)↓バス乗車↓手稲山山ろく駅広場↓手稲山山頂↓手稲山山ろく駅広場↓バス乗車↓区民センター(解散)。区民センターからは往復貸切バスを使用。定員 120人。多数時抽選。  
**参加料** 無料。  
**申込** 往復ハガキに参加者全員の氏名・住所・年齢・電話番号と返信用あて先を記入し、

## 保健センターから

前田1条11丁目 ☎681-1211

### ◆地区健康相談のお知らせ◆

#### ▼対象者・検査項目と料金

40歳以上の方【胸部X線・尿検査・血圧測定・血液検査など(無料)、心電図検査(医師が認めた方)1,200円、肝炎ウイルス検診(検査項目: B型・C型、受診者: 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の希望者)最大400円]

#### ▼持ち物 住所・年齢を確認できるもの(運転免許証・健康保険証など)

#### ▼次の方は費用が免除となります

(1) ①70歳以上の方

②65歳以上の老人保健法医療受給者

**確認書類** 70歳以上であることが証明できるもの(健康保険証など)、65~69歳の方は老人保健法医療受給者証

※65~69歳の方で(道老)または(老)の老人医療受給者証の方は免除になりません。

(2) 40歳以上の方で、生活保護を受けている方

**確認書類** 生活保護受給証明書

(3) 40歳以上の方で、市民税非課税の世帯に属する方

**確認書類** 市民税課税証明書

◎なお、65歳以上の方に関しては、下記の方法で市民税非課税世帯に属することの確認ができます。

→介護保険料納入通知(介護保険料特別徴収通知書)の保険料段階が「第1段階」から「第3段階」まで(平成18年度分から適用)。

#### ▼日時・会場

実施日	時間	会場
6月19日(月)	午前9時~11時	新発寒わらび会館(新発寒3-5)
6月30日(金)	午前9時~11時	星置会館(星置3-9)

※会場が会館のため上履きをご持参ください。

## 放置(違法駐車)車両の取り締まりが強化されます

6月1日(木)から、道路交通法の改正に伴い、放置駐車(運転者が車両を離れて直ちに運転することが出来ない状態にある違法駐車)については、時間の長短にかかわらず取り締まりの対象になりました。

次の地域以外の取り締まり路線や詳細については、手稲警察署に直接お問い合わせいただくか、北海道警察のホームページをご覧ください(HP <http://www.police.pref.hokkaido.jp>)。

区分	地区	時間帯
最重要地域	手稲駅南側地区(石狩手稲線~手稲駅西側)	終日
	手稲駅北側地区(石狩手稲線~手稲駅西通)	
	星置地区(星置1条2丁目、3丁目)	
二輪重点地域	手稲地区(駅北口以北、樽川通以南)	
	手稲地区(駅南口以南、二十四軒・手稲通以北)	
	星置地区(駅北口ロータリー)	

詳細 手稲警察署 ☎686-0110 総務企画課 ☎681-2400内線288

## ボランティア 入門研修会のお知らせ

内容 ①車いすでの暮らしと



②006-0811前田1条11丁目手稲区民センターまでお送りください。6月16日(金)必着。なお、昼食・雨具・敷物等は各自で持参してください。  
**詳細** 手稲区民センター  
 ☎(681)5121

ボランティアの声、②知っておくと得をする介護実技(食事編)、③地域でできるボランティア活動。  
**日時** 7月10日(月)~12日(水)。それぞれ午後1時30分~3時30分(予定)。  
**場所** 区民センター3階視聴覚室(前田1条11丁目)。  
**対象** 区内にお住まいの方で、福祉・ボランティア活動に関心のある方。  
**定員** 先着30人。  
**参加費** 500円。  
**申込** 6月12日(月)から電話ま

## 国保からの お知らせ

たはファクスでお申し込みください。  
 なお、ファクスでのお申し込みの場合は住所・氏名・連絡先を明記してください。  
**申込先・詳細** 社会福祉協議会  
 ☎(681)2400内線365  
 ファクス(684)8560

ください。  
**◆夜間相談窓口**  
**日時** 6月14日(水)~30日(金)午後8時まで(土・日曜日を除く)。  
**場所** 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。  
**◆口座振替のご利用を**  
 保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。お申し込みは、預金口座のある金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。  
**詳細** 保険年金課収納係  
 ☎(681)2400内線394・395

### 曙図書館から

#### ◆子ども映画会

6月17日(土)と7月1日(土)の午後3時5分から30分程度。

#### ◆楽しいお話し会

6月17日(土)、6月24日(土)、7月1日(土)、7月8日(土)の午後2時30分から3時まで。

※6月14日(水)は施設点検日、6月28日(水)は図書整理日のため休館になります。

☎(685)4946  
曙図書館(曙2条1丁目)

### 子育て講座

テーマ 乳幼児期の食育について

講師 保健センター栄養士。

日時 7月3日(月)午前10時～11時30分。

会場 区民センター3階視聴覚室(前田1条11丁目)。

対象 0歳から就学前までの乳幼児を育てている保護者。

※受講中は託児します。

定員 先着20人。  
申込 6月22日(木)午前9時から

### 手稲区民ダンスの集い

日時 6月16日(金)午後1時30分～3時30分。

会場 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

対象 区内にお住まいの方。

費用 200円。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 当日、直接会場までお越しください。

☎(681)5121  
区民センター(前田1条11丁目)

### 西清掃事務所から

☎(681)2400 内線551～555

6月26日(月)まで、発寒清掃工場の定期点検を実施します。この期間中、ごみは篠路清掃工場に運ぶため、収集時刻が遅くなる場合がありますので、ご了承願います。

☎(664)0053  
西清掃事務所(西区発寒15-14)

## 6月23日～29日は男女共同参画週間です

男女共同参画社会の実現に向けて、次の事業を行います。

### パネル展

期間 6月23日(金)～29日(木)

場所 手稲駅自由通路「あいくる」多目的広場(手稲本町1条4丁目)

### 講演会(日本と韓国の男女共同参画についてを予定)

講師 鄭恩榮氏(北海道の国際交流員)

日時 6月28日(水)午後6時30分～8時30分。

内容等は変更になる場合があります。

詳細 地域振興課地域活動担当係 ☎681-2400 内線255

## 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

### ◆スポーツ講習会受講者募集◆

対象・講習会名	定員	回数	曜日	実施期間	実施時間	受講料(65歳以上)
① 夏休みキッズサッカー(ミニサッカー)	20	5	水 月	7月26日 ～7月31日	午前9時15分～10時15分	3,000円
					午前10時30分～11時30分	
② 夏休みキッズテニス(ショートテニス)	20	5	火 土	8月1日 ～8月5日	午前9時15分～10時15分	3,000円
					午前10時30分～11時30分	
② キッズサッカー(ミニサッカー)	8	8	火	7月4日 ～9月26日	午後4時15分～5時15分	4,800円
③ さわやかキック&ボクササイズ	30	15	火	8月8日 ～11月28日	午前9時～10時20分	7,700円 (6,200円)
					午後1時～2時30分	
					午後2時40分～4時10分	
③ 太極拳(12式)	30	15	水	8月2日 ～11月15日	午前10時50分～午後0時10分	9,600円 (7,700円)
					午前9時30分～10時50分	
					午前11時～午後0時20分	
③ 太極拳(24式)	30	15	水	8月2日 ～11月15日	午前9時30分～10時50分	9,600円 (7,700円)
					午前9時30分～10時50分	
					午前11時～午後0時20分	
③ ほのほの3B健康体操	30	15	金	8月4日 ～11月24日	午前11時～午後0時20分	9,600円 (7,700円)
					午前11時～午後0時20分	
					午前11時～午後0時20分	
③ トータルフィットネス	30	15	水	8月2日 ～11月15日	午前9時30分～10時50分	9,600円 (7,700円)
					午前9時30分～10時50分	
					午前11時～午後0時20分	
③ ローラーピラティス(中級ピラティス)	30	15	水	8月2日 ～11月15日	午前9時30分～10時50分	9,600円 (7,700円)
					午前9時30分～10時50分	
					午前11時～午後0時20分	
④ トータルフィットネス中級	18	18	水	8月2日 ～11月15日	午前9時30分～10時50分	9,600円

対象 ①年長(5・6歳)。②小学1～2年生。③16歳以上。④16～59歳。

申込 6月13日(火)～19日(月)の午前10時から午後8時まで

(19日(月)は午後5時まで)。電話または、直接ご来館ください。

抽選 定員を超える場合は、6月21日(水)午後3時から同体育館1階会議室で抽選を行います(問い合わせは午後4時以降)。

受講料納入 6月21日(水)～27日(火)までに直接体育館に来館し納入。

※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。高校生は生徒証を、65歳以上の方は年齢を証明できるものをお持ちください。

※「受講可能」となった場合、その権利を他人に譲渡することはできません。

## 広告欄

## 第7回手稲区

### 伝統芸能祭

手稲文化協会所属の伝統芸能部門の方の熱演。華の舞台をご鑑賞ください。どなたでも鑑賞できます。

**内容** 謡曲、箏曲、詩吟、民謡、日舞の上演。

**日時** 7月2日(日)午前11時30分開場、正午開演。

**会場** 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

**入場料** 300円、当日受付可。

**当係** ☎(81)2400内線256

## 手稲コミュニティセンターから

### ◆家庭介護実践教室

介護保険、家庭での介護の心得や方法、福祉機器の扱い

などを実践を交えて学びます。

**日時** 6月28日(水)、29日(木)の午前10時から正午まで。

**対象** 区内にお住まいの18歳以上の方(中学生を除く)。

**定員** 先着20人。

**受講料** 500円。申し込み時に払い込み。

**申込** 6月19日(月)と20日(火)の午前10時から受け付け。電話不可。

### ◆ふれあいフリーマーケット

**日時** 6月25日(日)午前11時～午後3時。

**会場** 同センター1階ホール。

**出店者** 区内にお住まいの18歳以上の方(中学生を除く)。

**出店区画** 40区画(1区画2.5m×2.0m)。

**申込** 6月16日(金)午前10時から先着40区画受け付け(原則

## お詫びと訂正

「広報さっぽろ手稲区版5月号区民のページ」の一部に誤りがありました。

### 《訂正箇所》

広報さっぽろ手稲区版5月号区民のページ3ページ「こんなときはこの窓口へ」土木センターの業務のうち、『ロードヒーティング設置費の補助』は平成17年度で終了しました。

訂正し、深くお詫び申し上げます。

詳細  
手稲区土木センター ☎681-4011

1人1区画)。電話不可。  
**参加料** 1区画500円。  
**出店要領** 受付時に書面案内。

### ◆絵画展の開催

フリーマーケット開催にあわせ、会議室転用ギャラリーにて洋画の絵画展を開催いたしますので、お気軽にお立ち寄りください(入場無料)。

**日時** 6月24日(土)、25日(日)の午前10時～午後6時。

**会場** 同センター2階第1・2会議室。

**詳細** 手稲コミュニティセンター(手稲本町3条1丁目)

**当係** ☎(81)2133

## 親子体操参加者募集

**内容** インストラクターによる親子体操。

**日時** 6月21日(水)午前10時～11時。

**会場** 手稲区保育・子育て支援センターちあふる・ていね(手稲本町3条2丁目)。

**申込** 同センターに直接お越しになるか、電話にて受け付け。参加無料。

**詳細** ちあふる・ていね

☎(81)3162



## 絵本の講演会

### 参加者募集

**テーマ** 絵本が育む豊かな心  
**講師** 坂本勤氏(詩画作家)。

**日時** 6月26日(月)午前10時～11時40分。

**会場** 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

**受講料** 無料。

**対象** 絵本や読み聞かせに興味のある方。

※受講中は託児します。

**定員** 200人(託児50人)。

**申込** 6月12日(月)午前9時から電話で受け付け。

**申込先・詳細** 健康・子ども課  
子育て支援係  
☎(81)2400内線551・555



## 第15回手稲区長杯 バドミントン大会

**種目** 男女別のダブルス戦。

**日時** 7月9日(日)午前9時～午後5時。

**会場** 手稲区体育館(曙2条1丁目)。

ランク・定員 左表のとおり。

クラス	対象者	定員
男子	A 上級 (自己申告)	各15組
	B 中級の上 (自己申告)	
	C 中級 (自己申告)	
	D 初級 (自己申告)	
女子	A 上級 (自己申告)	各15組
	B 中級の上 (自己申告)	
	C 中級 (自己申告)	
	D 初級 (自己申告)	

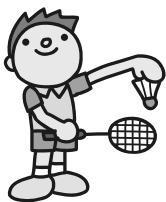
**対象** 18歳以上の区内にお住まいか、お勤め先のある方(学生はAランクのみ参加可)。

**参加料** 1人千500円(保険は必要に応じて各自加入)。

**申込** 申し込み方法については6月23日(金)までに地域振興課地域活動担当係までお問い合わせください。先着順。ペアでお申し込みください。

※ランクは自己申告ですが、応募人数などにより、本人の了解を得てランクを変更することがあります。

**詳細** 地域振興課地域活動担当係  
☎(81)2400内線256



講座名	生ゴミ堆肥づくり	達人の技伝授！ スープカレー教室	使い方いろいろ 携帯電話教室
実施日	6月28日(水)	7月14日(金)	7月7日(金)、12日(水)
時間	午後1時30分～3時30分	午前10時～正午	午前10時～正午
定員	15人	15人	20人
費用	受講料 無料 教材費 200円	受講料 900円 教材費 500円	受講料 無料
受付日	6月12日(月)～21日(水)	6月20日(火)	6月16日(金)～23日(金)
申込	電話かファクスでお申し込みください。 教材費は当日会場で納付。	受付日の午前9時から9時15分と同 センター窓口で直接。多数時抽選。	電話かファクスでお申し込みください。

申込先・詳細) 新発寒地区セン  
ター1(新発寒5条4丁目)  
☎(684)5571  
ファクス(684)5573

## ウォッチング・ていね

### 星置緑地のミスバショウが咲きました

春の到来を告げるミスバショウが咲き、訪れた方は、その美しい姿を眺めながら散策を楽しんでいました。



▲今年もきれいな花が咲きました



▲あそこにも咲いているよ

### ていね・がるがわ桜まつり (5/13)

楽しい催し物が行われる「ていね・がるがわ桜まつり」。会場はたくさんの参加者でにぎわいました。



▲みんなで踊りましょう



▲どれを買おうかな

広 告 欄