



■編集

西区役所総務企画課広聴係 〒063-8612 西区琴似2条7丁目1-1
TEL 641-2400 内線224~227 FAX 641-2405

◎西区広報番組「西区情報プラザ」FMラジオ三角山放送局76.2MHz
毎週月曜日午前11時～

◎西区協力番組「西区まちセン最前セン」同局毎週木曜日午前11時～

◎西区ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/nishi/>

◎区民のページ 2008・9



まちの人

子育てサロン

「宮の丘中学校しっぽっぽ広場」代表

たちばな りょうこ

立花 亮子 さん (56)

○子育てサロン

0歳から小学校入学前までの子どもと保護者が自由に集まり交流する場。各児童会館などでも開催しています。

○宮の丘中学校しっぽっぽ広場

宮の丘中学校(西野3-10)を会場にする子育てサロン。

開催日時：月1回第3木曜日(3月と8月はお休み)
午前10時～11時30分

参加方法：開催時間中に直接宮の丘中学校正面玄関のスタッフまで(いなければインターホンで)。

※ボランティアスタッフを募集しています。詳しくは電話662-6117(立花さん宅)。



子どもたちが楽しそうに遊ぶ様子を見ながら、お母さんたちは子育ての話で盛り上がります。学校の休み時間には、生徒たちが照れくさそうに顔を出し、赤ちゃんを優しく抱いて「ちいさーい!」「かわいーい!」と歓声を上げています。その様子をほほ笑みながら見守る立花亮子さんはこの子育てサロンの代表です。

民生委員をしていた立花さんが、子どもたちとお母さんたちの交流の場をつくろうと、子育てサロンを始めたのは平成十六年のこと。初めは違う場所で開催したのですが、参加者が多過ぎて会場に入りき



■子育てサロンの様子。毎回10～15組の親子が参加している。

皆さんの交流の輪を広げてほしい

れないという問題が発生。悩んでいた立花さんの元へ、宮の丘中学校が地域活動のために空き教室を活用できないか考えているという情報が飛び込んで来ました。早速、校長先生に掛け合ったところ、トントン拍子で話が進み、市内初の、中学校を会場にした子育てサロンが誕生したのです。

「いかつい男子生徒が、とても上手に子どもをあやすことがあったりして、見ていて面白いし、生徒たちの優しさに感心します」という体験も中学校を会場にする子育てサロンならではの。

「うちの子育てサロンで知り合ったお母さん同士が友達になり、一緒に遊びに行くなんてこともあるみたいですよ」と、にこにこ話す立花さんは「子育てサロンが出会いの場になればうれしい。皆さんの交流が広がっていくきっかけづくりができれば」と願っています。

九月十二日(金)には、子育て支援をテーマにした「西区タウントーク」が開催され、立花さんも子育てサロンの様子などを発表する予定になっています(詳しくは西区版7ページをご覧ください)。

区民のページで取り上げてほしいテーマなど、皆さんからのご希望や意見を寄せてください。はがき、ファクス、Eメール nishi@city.sapporo.jp で西区総務企画課広聴係(上欄)へ。

介護予防

合言葉は「足・口・気持ち」

いつまでも元気でいたいけれど、老化には勝てないと思いませんか？
介護が必要となるのを未然に防ぐ「介護予防」を始めましょう。



「足・口・気持ち」 が合言葉

元気で長生きするためには、40歳～64歳までの方は脳卒中や糖尿病の悪化が原因で介護を必要とする状態になることが多いことから、生活習慣病の予防が大切です。一方、65歳以上の方は生活機能の低下や転倒・骨折などがきっかけで要介護状態となることが多いので、それらを招く老化の症状の予防が大切です。
老化が早まる原因は、病氣

や加齢による「身体的機能の低下」、将来への不安や役割の喪失などによる「気力の衰え」「人との交流がない生活」という三つの要因が絡み合い、生活する上で支障を来すだけではなく、「生きる意欲を失ってしまう」という悪循環によるものです。

この老化を早める悪循環は、自分自身の心掛けで防ぐことができます。特に「足」「口」「気持ち」を鍛えることが重要で、



足を鍛える



足腰の筋肉は何歳になっても運動することで鍛えることができます。散歩や買い物、家事も足を鍛えるという点で介護予防につながります。

より筋力の低下などが心配な方は、地域包括支援センター（左ページ★参照）に相談してください。介護予防（トレーニング）教室に参加することがあります。

●筋力向上 トレーニング教室



弱った筋力やバランス感覚の向上を目的に、主にトレーニングマシンを使った運動を行います。健康運動指導士が指導に当たり、西健康づくりセンターで週二回三カ月間行われます。



参加者の感想

・親切丁寧に教えてもらえるのがうれしい。筋肉が付いてきて、楽に体が動くようになってきた。

・母の介護をしているので、自分一人でも母の体を起こせるように筋力を付けたい。

●運動能力向上 トレーニング教室



ボールや踏み台など、身近なものを使って、家庭でもできる運動で弱った筋力やバランス感覚を向上させることを目的にしています。理学療法士と看護師が講師を務め、西老人福祉センター（ぬくもり）で週二回三カ月間行われます。



参加者の感想

・太ももの筋肉が衰えて歩けなかったが、参加してから歩けるようになった。

・習った体操を家でもやっていたら、ひざ痛が軽くなった。

すこやか倶楽部

区内にある五つの介護予防センター（左記参照）では、生活機能の維持・向上を図ることを目的に「すこやか倶楽部」を実施しています。

地区会館や集会所など歩いて行ける身近な場所、軽い体操や交流会などを楽しみながら、介護予防について学ぶことができます。

「すこやか倶楽部」に参加してから、友人が増え、外出の機会も増えたという方がたくさんいらっしゃいます。楽しい時間を過ごせると思いますので、一度参加してみてください。

（代表の
もろつき月さん）



▲宮の沢1条町内会の皆さん

今回訪ねたのは、宮の沢1条町内会のボランティアが主体となり、介護予防センター西町と協力して生涯学習総合センター（ちえりあ）で月一回開催している「すこやか倶楽部」。



口は元気の源です。日ごろの心掛けで口を鍛えることができます。

お口の健康 心掛け五カ条

- 一、三食しっかりかんで食べるべし
- 二、食事は作ることも片付けも楽しむべし
- 三、毎食後歯磨きをするべし
- 四、歯の定期検診を受けるべし
- 五、入れ歯は毎日外して手入れするべし



栄養面やお口の機能向上のため、次のような介護予防教室も開催されています。詳しくは、地域包括支援センターへお問い合わせください。

●栄養改善教室 「菜の花畑」



参加者同士の交流・仲間づくりをしながら、栄養のバランスや食事の話など「食」の楽しさ、大切さを学びます。管理栄養士と看護師が講師を務め、西老人福祉センター（ぬくもり）で月一回六カ月間行われます。



参加者の感想

・いつもの食事では、意外と野菜を取っていないことが分かった。教室で学んだように工夫したい。
・参加してから食事に気を付けるようになり、血糖値など健康診断の数値が改善された。

●口腔機能向上教室 「噛め、咬み、スマイル 健口セミナー」



食することに欠かせないお口の健康を保つ方法について、うがいや歯磨きの正しいやり方、舌や口の筋肉を鍛える体操などを通して学びます。歯科衛生士と看護師が講師を務め、西老人福祉センター（ぬくもり）で月一回六カ月間行われます。



参加者の感想

・参加して、舌の筋肉がいかに大事かということが初めて分かった。
・「健口体操」（舌や口の筋肉を鍛える体操）などを家でもやるようになってから、声がよく出るようになった。これからも毎日続けていきたい。



詳細

「足を鍛える」「口を鍛える」

える」の各種教室についての相談は次の地域包括支援センターへ。

★西区第二地域包括支援センター（担当地区：宮の沢・西町・西野・平和・福井・小別沢）
TEL (661) 3929



元気な気持ちは元気な体のエネルギーです。心の健康を保つためには運動やバランスの取れた食事、人との交流が効果的です。気持ちの元気が長く失われていない場合は、医療機関に相談してみましよう。



この日は、相談員による認知症予防の講話の後、折り紙で金魚を折り、金魚鉢の紙工作をしました。指先を使うことで脳の活性化が促進されるそうです。その後、手作りのおやつを食べながら脳を活性化するクイズを楽しんだ。終始笑い声の絶えない二時間でした。

▼折り紙工作の様子



▲相談員のギセ、介護士のわん、タリにジ防予合

介護予防センターでは、「すこやか倶楽部」のほか、認知症予防などの教室を開催したり、高齢者・ご家族からの相談にも応じています。

【詳細】介護予防センター
山の手・琴似 TEL (631) 6110
発寒 TEL (666) 6855
八軒 TEL (611) 8566
西野 TEL (667) 1000
西町 TEL (663) 2558

介護予防講座

西区では、区の保健師や介護予防センター、地域包括支援センターの職員などが皆さんのご希望に応じて地域に出向き、介護予防について分かりやすく説明を行う「介護予防講座」を実施しています。分かりやすいパンフレットを使い、簡

単な体操なども行いながら、介護予防の効果や方法を学べる30～40分程度の講座です。

●申し込みできるのは？●

西区在住の中高齢の方々が集う町内会や福祉のまち推進センター、老人クラブなど、グループでどうぞ。

【詳細】 西区保健福祉課 TEL (641) 2400 内線 625

おじやましました

老人クラブ「発寒若草会」で行われた介護予防講座におじやましました。同会では、独自の「いきいき体操」を創作し、日ごろから健康づくりに励んでいるそうです。



▲いきいき体操の様子

声も童謡の「へもしもしかめよ」の旋律で介護予防について歌ったり、家庭でもできる筋力アップの体操をしたりと、楽しい雰囲気の中に包まれていました。



▲介護予防講座の様子

参加者の声
木田セツ子さん

介護予防は知っているようで、知らない方が多いと思うので、この講座はためになりますよ。私も介護予防を実践して、いつまでも元気でいたい

介護予防フェアを開催します！！



▲昨年の介護予防フェアの様子

西区では、地域包括支援センターや介護予防センターなどと協力し、西区介護予防フェアを開催します。

日時 9月30日(火)午前9時30分～午後4時。

会場・内容

- ①イオン札幌発寒ショッピングセンター一階(発寒8-12) ジャスコ果物売り場：栄養(口)コーナー(試食とレシピ紹介)。
- ②同ライラック広場：測定(口・足)コーナー(血管血液循環測定、かむ力測定)。^ほか。
- ③同はまなす広場：測定(足)コーナー(握力測定、ひざ伸展測定)。
- ④同すすらん広場：うつ・認知症予防(気持ち)コーナー(お笑いステージ、ミニすこやか倶楽部、認知症予防などの書籍紹介)。^ほか。

費用・申込 無料。直接会場へ。

【詳細】 西区保健福祉課 TEL (641) 2400 内線 625



暑さなんてへっちゃらさ!

7月29日から3日間、発寒西公園など区内3会場で、サマーカーニバルが開催されました。

子育てボランティアなどの協力で、輪投げ、的当て、シャボン玉や水遊びなどのコーナーが設けられ、多くの親子らが一緒になって遊び、夏の日を楽しく過ごしていました。



ケーナの演奏とホタルの瞬き

7月19日、左股川緑地で、ホタルコンサートとホタル観賞会が行われ、近隣住民や親子連れ約200人が参加しました。

参加者は、コンサートではケーナ[※]の美しい音色に耳を傾け、観賞会ではほのかな光を放ちながら飛んでいる、たくさんのホタルの様子を眺めていました。

※南米、アンデス地方に伝わる、アシの茎を用いた縦笛。



「しょうぼうしょ」ってどんなところ?

7月30日、西消防署の一日公開が行われ、約500人の親子連れや子どもたちが訪れました。

はしご車などの消防車両の搭乗体験、放水体験、ロープ渡り体験などのコーナーが設けられ、子どもたちは、日ごろできない体験ができとあって、歓声を上げて楽しんでいました。



郷土愛をはぐくむ夏祭り

8月9日、西区役所横の屯田の森で「第3回 琴似屯田ふれあい祭」が行われました。

札幌山の手高校吹奏楽部の演奏や、西区役所職員ボランティアによるクイズ大会なども行われ、会場は大いに盛り上がりしました。

この日は、琴似屯田歴史館資料室が特別開放され、年表などの歴史資料を熱心に見入っている人の姿も見られました。

ひるば

区内で行われた
行事を写真で
紹介します。



広告



9月11日からの内容です

人口 209,169人 男 97,509人
(前月比+25) 女 111,660人
世帯数 94,589世帯 (前月比+11)
(平成20年8月1日現在)

宮丘公園秋の自然観察会



内容 樹木や野草の観察。

日時 10月4日(土)午前10時

～正午。※雨天中止。

定員・費用 30人。無料。

集合場所 宮丘公園駐車場(西

野290番地宮丘トンネル北側)。

申込 10月3日(金)までに電

話またはEメールで。先着順。

申込先・詳細 五天山公園管理

事務所Tel(662)2424、Eメー

ルgotenzan@nankoen.co.jp

第34回西区みんなで楽しむマラソン大会

日時 10月13日(祝)。受付

午前9時30分。開会式＝午前

10時。スタート＝午前10時30

分。雨天中止の場合は、会場

でお知らせします。

会場 農試公園多目的広場

(八軒5西6)。

種目 ①5歳(中学生以上)②

3歳③1歳。※タイム・順位

の記録はしません。

対象 西区に在住か通勤の方

およびその家族。

費用 無料。

申込 大会当日に所定申込書

を会場で提出。※申込書は西

区民センター、区内各地区セ

ンター、各まちづくりセンタ

ー、各児童会館、農試公園ツ

インキヤップ、西区体育館、

山の手図書館、および左記で

9月16日(火)から配布。

詳細 西区地域振興課(琴似

1-6札幌琴似第一ビル3

階)Tel(641)2400内線237

はつさむ地区センター講座

内容 「漬物いろいろ教室」

日時 10月3日(金)①午前10

時～正午②午後1時30分～3

時30分。※①と②は同内容。

定員・費用 各10人。千200円。

申込 9月16日(火)～19日

(金)の午前9時～午後5時に

電話で。先着順。

申込先・詳細 はつさむ地区セ

ンター(発寒10-4)Tel(662)8

411

はちけん地区センターから

▽はちけん・まちづくりセミ

ナー「介護」と「傾聴」

日時 10月8日(水)午前10時

～正午。

費用・申込 無料。不要。

▽「いい唄いライダー」上映会

内容 旧穂別町(現むかわ町)

の住民らが制作した映画最新

作の上映とその舞台裏のお話。

日時 10月19日(日)午後2時

～4時。

費用 前売り券600円(300円)、

当日券800円(400円)。共に1ド

リンク付き。※(一)内は小中

学生と65歳以上の方の金額。

その他 前売り券は左記で9

月16日(火)から発売。

詳細 はちけん地区センター

(八軒6西2)Tel(611)0966

西区民センターから

▽ファミリーコンサート

出演 札幌西区オーケストラ。

内容 ロシアの音楽特集。

日時 9月14日(日)午後2時

開演。開場は午後1時30分。

会場 西区民センター(琴似

2-7)3階区民ホール。

定員・費用 300人。無料。

申込 不要。先着順。

まちづくり参加・入門教室「西区おとな塾」

まちづくりに興味はあるがいまひとつその糸口がつかめない、西区に長く住んではいけるが地域のまちづくりをよく知らないなど、そんな皆さまに講義と実践を通じてまちづくりを気軽に体験していただく「西区おとな塾」を開催します。

日程：9月20日～11月上旬の土・日曜。いずれも日中。
カリキュラム(予定)：①まちづくりとは(講義)②お祭り体験③地域のまちづくり(講義)④⑤まちづくり体験⑥振り返り・まちづくり相談会(全6回)

場所：生涯学習総合センター(ちえりあ)(宮の沢1-1)ほか。

対象：西区在住で、原則6回すべて参加できる方。

定員・費用：30人。無料。

申込：住所・氏名・電話番号を明記の上、9月16日(火)(必着)までに下記へ送付またはファクスで。多数時抽選。

申込先・詳細

西区地域振興課
(〒063-0811 琴似1-6札幌琴似第一ビル3階)
Tel641-2400内線253 FAX641-2455

西区女性のつどい

内容 講演会、映画上映会等。

日時 10月3日(金)午前10時

30分～午後3時。

会場 西区民センター(琴似

2-7)。

定員・費用 500人。500円の入

場券(弁当付き)が必要。※入

場券は左記で9月11日(木)か

ら発売。

詳細 西区女性のつどい実行

委員会事務局(琴似1-6札幌

琴似第一ビル3階西区地域

振興課内)Tel(641)2400内

線252



西区タウントーク

—あなたの街で市長と語ろう！

前半は「地域で応援！子育て家庭」をテーマに、地域で子育て支援の活動などを行っている団体からの発表や来場者との意見交換を行います。後半は、市政全般について市長との自由な意見交換を行いますので、どうぞお気軽にご参加ください。

日時：9月12日(金)午後2時～4時

会場：西区民センター(琴似2-7)3階区民ホール

申込：不要。直接会場へ。

※駐車場が狭いため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
※手話による通訳を行います。
※託児もあります。

【詳細】 西区総務企画課広聴係
Tel641-2400内線227

▼昨年の西区タウントークの様子



西区明るい選挙啓発 作品展作品募集

未来を担う子どもたちに、政治や選挙への関心を高めてもらうため「絵てがみ」作品を募集します。

応募資格 区内の学校に在籍する小学生(3年生以上)と中学生。
募集要領 西区役所で配布中。
応募方法 募集要領を確認の上、作成した「絵てがみ」を封

書で11月28日(金)(当日消印有効)までに左記に送付。

【申込先・詳細】 西区選挙管理委員会 〒063-8612 琴似2-7 西区役所内 Tel(641)2400内線217

子育て講座

▽子育てに絵本を

日時 9月30日(火)午後2時～3時30分。

会場 西保健センター(琴似2-7)。

対象 西区在住で就学前の子どもを持つ保護者。託児あり。
定員・費用 20人。無料。
申込 9月11日(木)午前9時から電話で。先着順。

▽グループ懇談会「おしゃべり広場」

日時 10月27日(月)、29日(水)。共に午後2時～3時30分。全2回。

会場 西保健センター。
対象 西区在住で就学前の子どもを持つ保護者。託児あり。

定員・費用 10人。無料。

申込 9月16日(火)午前9時から電話で。先着順。

【申込先・詳細】 西区健康・子ども課子育て支援係 Tel(641)2400内線484

はつらつ体操教室

内容 ストレッチなどの運動、講話、茶話会。

日時 10月8日～12月17日の水曜。いずれも午前10時～11時20分。全11回。

会場 西区体育館(発寒5-8)。

対象・定員 65歳以上で、医師から運動を認められている方。15人。

費用 4千400円。※ほかに毎

回施設利用料130円が必要。
申込 9月24日(水)までに直

見て聞いて食べて納得 おいしいエコフェスタ

日時：9月27日(土)午前11時～午後3時※荒天中止。

会場：生涯学習総合センター(ちえりあ)(宮の沢1-1)

内容：①美味しいトークショー「ここだけのちょっとおいしいコンサ話」

ゲスト：コンサドール札幌独身寮寮母 村野明子さん。

②超BIG鍋のパエリアとジャンバラヤづくり

昨年好評のパエリアと新メニューのジャンバラヤが大

型鍋で登場。

③エコ&フード広場
人気のスープカレーなど道産食材を味わうコーナーや、地元野菜の産直販売、親子もちつき体験、ゲーム大会など、「地産地消でエコライフ」をテーマに盛りだくさんの内容。

【詳細】 美味しいエコフェスタ実行委員会(西区地域振興課内)
Tel641-2400内線238



山の手図書館から

【申込先・詳細】 西区体育館・温水プール Tel(662)2149

①絵本の読み聞かせ会
日時 9月16日、10月7日の火曜。共に午後3時～3時30分。

②たのしいおはなし会
日時・内容 9月20日(土)午後2時～2時20分「三びきのやぎのがらがらどん」ほか。

③小学生のためのおはなし会
日時・内容 9月20日(土)午

【詳細】 山の手図書館(山の手4-2) Tel(644)6822



④子ども映画会
日時・内容 9月11日(木)「とらねこめいたんてい」ほか、25日(木)「カエルが鳴くと雨になるわけ」ほか、10月9日(木)「長靴をはいたねこ」ほか。いずれも午後3時30分～4時。

■ 住民集団健康診査

お近くの地区会館などで実施していた地区健康相談は、本年度より「住民集団健康診査」に変わりました。申し込みは不要ですので、直接会場までお越しください。

なお、指定医療機関での健康診査（国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者が対象）では、胸部X線検査は実施されませんので、ご希望の方は本健康診査をご利用ください。

▷内容・対象・費用

種 類	対 象	内 容 ・ 費 用
健康診査 (※1)	(特定健康診査) 40歳～74歳の国民健康保険に加入の市民	問診・身体計測・血圧・血液・尿検査など(600円) ※一定の条件に該当の場合、貧血検査(無料)、心電図(200円)、眼底検査(200円)も行います。
	後期高齢者医療制度に加入の市民	問診・身体計測・血圧・血液・尿検査など(400円)
	市民税非課税世帯の方・生活保護世帯の方は上記の年齢区分に従い、同様の健診を実施。費用減免制度あり。	
胸部X線検査	40歳以上の市民	胸部X線検査(無料) ※一定の条件に該当の場合、喀痰(かくたん)検査(400円)も行います(※2)。
肝炎ウイルス検査	市民(年齢制限なし)	B・C型肝炎ウイルス検査(無料)
健康相談	15歳～39歳の市民	健康相談・血圧・尿検査(無料)

※1 被保険者証と受診券(生活保護世帯の方は生活保護受給証明書)を持参。
※2 70歳以上の方は年齢の分かるものを、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方は被保険者証を、市民税非課税世帯の方は健康診査の受診券または市・道民税証明書を、生活保護世帯の方は生活保護受給証明書を持参により、費用減免あり。

▷日時・会場

月 日	時 間	会 場
9月18日 (木)	午前9時30分～11時	はっさむ地区センター (発寒10-4)
	午後1時30分～3時	西野福祉会館(西野3-2)
9月25日 (木)	午前9時30分～11時	福井清流会館(福井9)
	午後1時30分～3時	西野第二会館(西野8-6)
10月7日 (火)	午前9時～11時	山の手会館(山の手3-2)
	午後1時30分～3時	八軒会館(八軒1西1)
10月8日 (水)	午前9時30分～11時	二十四軒会館 (二十四軒3-4)
	午後1時30分～3時	宮の沢中央会館 (宮の沢1-5)
10月9日 (木)	午後1時30分～3時	発寒福祉会館 (発寒5-3)

【詳細】 西保健センター TEL621-4241

内容 琴似発寒川沿いをウォーキング。AコースⅡ発寒河畔公園Ⅱ西野緑道(6キ)、BコースⅡ発寒河畔公園周辺(3キ)。



▽西区ウォーキング大会

西保健センターから

日時 10月4日(土)午前9時～11時30分。※雨天中止。
集合・解散場所 発寒河畔公園内仲よし橋前(山の手6-3)。
対象 ウォーキングに関心があり、A、Bどちらかのコースを歩ける方。
定員・費用 150人。無料。
持ち物 水、タオル、帽子。
申込 9月16日(火)～30日(火)に電話で。先着順。
▽難病研修会
内容 医師の講話「パーキンソン病の最新治療と日常生活の過ごし方」。

会場 西保健センター(琴似2-7)。
対象 西区在住の方。
定員・費用 30人。無料。
申込 10月1日(水)～7日(火)に電話で。先着順。
▽ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ
詳細は全市版23ページをご覧ください。
日時 下表の通り。
会場 西保健センター。※駐車場が狭いため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
申込 不要。直接会場へ。
持ち物 母子手帳、予診票。
その他 対象者は体調の良い

■ポリオワクチン実施日程

月 日	受付時間
10月6日(月)	午前9時15分～10時45分
10月10日(金)	
10月14日(火)	午後1時30分～3時
10月21日(火)	
10月24日(金)	午前9時15分～10時45分
10月29日(水)	

ときに早めに受けてください。1歳を過ぎた子どもは、MRワクチン第1期の接種を優先してください。

TEL(621)4241
【申込先・詳細】 西保健センター

○福祉除雪・協力ボランティア募集○



高齢の方や身体に障がいのある方の生活を支援するため、福祉除雪に協力いただけるボランティア(協力員)を募集しています(全市版26ページもご覧ください)。

期 間: 12月1日(月)～平成21年3月25日(水)。
活動日時: 道路除雪が行われた日の午前中に除雪を終了。
対 象: 西区在住の個人または西区所在の団体、企業など。
活 動 費: 1世帯につき21,000円(1シーズン)。
申 込: 10月31日(金)までに電話かファクスで。

【申込先・詳細】

西区社会福祉協議会
TEL641-2400内線451 FAX611-6620