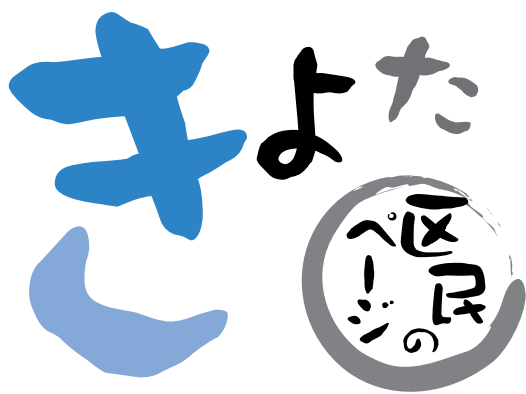




2009年5月

編集

清田区市民部総務企画課広聴係  
〒004-8613 清田区平岡1条1丁目  
☎ 889-2400 (内線224) FAX 889-2402  
Eメール: kiyota.somu@city.sapporo.jp

清田区のホームページ: <http://www.city.sapporo.jp/kiyota/>



清田区役所のホームページ「きよたファン倶楽部」でも、さまざまな行事の様子を写真で紹介しています。 <http://www.city.sapporo.jp/kiyota/event/>



3/18 (水)  
福まち事業 友愛訪問

里塚・美しが丘地区福祉のまち推進センターが、一人暮らしのお年寄りへ愛情たっぷりのおはぎ弁当や防空ずきんを届けました。

4/3 (金)  
清田緑小・清田南小  
合同交通安全パレード

両校の児童や保護者、地域住民ら約700人が通学路を練り歩き、交通安全を呼び掛けました。



3/30 (月) 札幌市立認定こども園「にじいろ」開設記念式典  
市立初の認定こども園が真栄にオープン。式典では、子どもたちの元気な歌声で園歌「にじいろのこ」が披露されました。



TOPIC



平岡梅林

## お花見ガイド

開花時期 5月1日(金)開花 ※4月23日(木)現在の予測  
※開花後、6～10日ぐらいが見ごろです。

### 交通機関

- ①地下鉄東西線大谷地駅～中央バス 平岡ニュータウン線【大66】【大67】「平岡5条6丁目」下車。
- ②地下鉄東西線新さっぽろ駅～中央バス 新さっぽろ・平岡線【新111】、ジェイ・アール北海道 新さっぽろ平岡線【循環新111】「平岡6条4丁目」下車。

詳細 平岡公園管理事務所 ☎ 881-7924

HP <http://www.sapporo-park.or.jp/hiraoka/>



運行期間 5月2日(土)～12日(火)

運賃 大人200円 小人100円

詳細 中央バス平岡営業所 ☎ 881-2156

◆地下鉄東豊線福住駅～平岡公園梅林 (15分間隔で運行)

【往】午前9時30分～午後2時00分【復】午前11時7分～午後4時7分

◆地下鉄東西線大谷地駅～平岡公園梅林

【往路】午前9時40分始発、10時20分～午後2時50分 (30分間隔)

【復路】午前11時25分～午後3時55分 (30分間隔)、4時30分最終

### ライトアップ情報



今年も梅林の夜間ライトアップを行います。

暗闇に浮かび上がる幻想的な梅の情景。昼間とは違った景色を楽しめます。

### ライトアップ期間

5月2日(土)～12日(火)

午後6時～9時

※梅の咲き具合によっては、期間を短縮する場合があります。



### 梅林マップができました!

梅林の景色を楽しめる眺望ポイントや、平岡公園管理事務所に聞いた梅林の楽しみ方などが掲載されています。

区役所1階33番窓口(広聴係)や平岡公園管理事務所などで配布中です。



清田区の使命を実現するために、本年度は2つの目標と4つの運営方針を設定しました。

## ■清田区の使命



## ■目標

- 1「親しまれ、ふれあいあふれる清田区役所」を目指します。
- 2「市民参加によるまちづくり」を実現します。

## ■運営方針

- ①区民の皆さまとの**情報共有**を推進し、積極的に対話することで、協働を進めます。
- ②接遇、**サービスアップ**について、意識をより一層高め、質の向上を図ります。
- ③清田区の特性や**区民のニーズ**に基づくまちづくりを進めます。
- ④各地区のまちづくりセンターを拠点とした身近な**地域の取り組み**を支援します。

清田区の使命を実現するために、「市民参加によるまちづくり」で重点的に推進する事業を紹介します。

## みどり

自然環境の保全や環境教育の実施、景観に配慮したみどり豊かなまちづくりをすすめる取り組みです。

### ●白旗山から未来につなぐまちづくり

「白旗山魅力アップ企画会議」「白旗山の魅力を考える会」を開催し、白旗山の魅力を高めるための意見交換や各種イベントを実施します。



▲白旗山

### ●「みどりのカーテン」設置モデル事業

区役所庁舎の日当たりの良い壁面の一部をツル性植物でカーテンのように覆います。これは、冷房エネルギー軽減による二酸化炭素削減効果を狙い、試行的に実施するものです。

また、公園の維持管理作業で発生する刈草を堆肥化して活用することで、環境に優しい循環型の取り組みを目指します。



## 2 市民参加によるまちづくり

平成21年度

# 清田区 ふれあい プラン

清田区市民部総務企画課庶務係  
☎ 889-2400(内線 213)

## 区長からごあいさつ

清田区は、区のシンボルである「白旗山、あしりべつ川、平岡梅林」をはじめとするみどり豊かな自然環境に恵まれ、各地区では周囲の自然環境を活かし、守っていく活動が活発です。また、地域で安全に安心して暮らせる住みよいまちづくりを目指す取り組みも盛んに行われています。

一方、社会資本整備に関する要望など、継続的に取り組むべき課題があり、地域と行政の連携がこれまで以上に重要となってきています。

これらを踏まえ、本年度も「みどり豊かで、地域のふれあいあふれ、誰もがやすらぎを感じるまちづくり」を清田区の使命として、区民の皆さんと一緒にさまざまな取り組みを進めていきます。



いしくら あきお  
清田区長 石倉昭男



かんきょう  
打てば響きます。**感 響** 区役所 清田！  
まちづくりを支える区役所運営の充実を図ります。

「感響」は、区民の感性・思いが響きあう区役所であることと、「環境」に配慮した取り組みを行うことを併せて表現したものです。

## ●区民との情報共有を推進

広報さっぽろやホームページをはじめとする、さまざまな媒体で情報提供を行っています。また、区民の声を聞く仕組みの充実にも努めています。



▲広報さっぽろ



▲区長目安箱  
正面ロビーなどに設置し、皆さんの声とそれに対する回答を掲示しています。

## ●来庁者の利便性向上

区役所に来庁される方のために、年度替りの引越しシーズンに、窓口受付時間を延長するほか、快適に利用していただくための工夫をしています。



▲区役所窓口の様子  
正面玄関には総合案内を設置しています。

## ●親しまれ、ふれあいあふれる清田区役所を目指す取り組み

区は、平成14年度から「清田区さわやかサービス推進委員会」での取り組みをはじめとして、接遇向上や組織横断的な連携を推進してきました。これからも、区民の皆さまに「笑顔の温かい、快い対応」を実感してもらえるように努めていきます。



▲清田区さわやかサービス推進委員会

## ●市民の暮らしを支える財源の確保

市税、国民健康保険料について、夜間・休日に相談窓口を開設するなど納めやすい環境をつくるほか、組織的かつ計画的な滞納整理などで、皆さまの暮らしを支える財源の確保に努めます。

このほかにもまちづくりを進める事業があります。詳細は、清田区公式ホームページ「きよた<sup>ファン</sup>倶楽部」で紹介しています。<http://www.city.sapporo.jp/kiyota/town/plan/>

## やすらぎ

誰もが安心して快適に暮らせるように、地域が主体となった福祉、健康、防犯などの活動を支援する取り組みです。

### ●やすらぎ歩行空間プランの策定

古くから地域の生活を支えてきた旧国道36号線の持つ歴史・文化や点在する桜並木などを生かしながら、区民が集い、親しみやすらぎを感じる「やすらぎ歩行空間プラン」を策定します。また、地域代表者、有識者、公募委員などで構成される検討会やワークショップを開催します。



▲旧国道36号線沿いの桜並木

### ●健康&介護予防フェア

区民が健康づくりと介護予防に対する知識を深め、取り組むきっかけにもらうために開催します。



▲健康&介護予防フェア

### ●警察署・交番の設置に向けた取り組みの支援

市民が安全で安心して暮らすためには、1区1警察署及び身近な交番が必要なことから、「清田警察署設置促進期成会」の活動を支援します。



▲清田警察署設置促進期成会

## ふれあい

子育て支援、高齢者の生きがいづくりなど、地域が中心となったふれあいあふれるまちづくりを支援する取り組みです。

### ●きよたふれあいフェスタ

区民センターを会場に、子育て支援に関わる機関や団体と連携し、子育て家庭と地域の人々が遊びを通して交流する場を提供します。区民が参加して楽しめるような工夫を行います。



▲きよたふれあいフェスタ

### ●シニアスクール

三里塚小学校の教室を利用して、高齢者が小学生との世代を超えた交流を中心にしながら、教養講座、各種実習を行います。



▲シニアスクール

### ●チャレンジ！ボランティアマイスター

次代を担う子どもたちに、各地区の「福祉のまち推進活動」や子育てボランティアなどに参加してもらいます。参加者には、オリジナルピンバッジ（活動回数に応じて色分け）を配布して、参加意欲の向上を図ります。

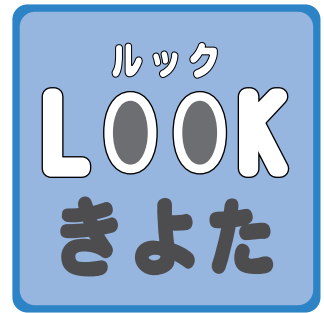




本文中の  
記号の見方

内 = 内容 日 = 日時 所 = 会場 対 = 対象 定 = 定員  
費 = 費用 申 = 申し込み方法 E = Eメール 他 = その他

区関連のお知らせ情報



5/11(月)からのお知らせ

清田区まちづくり  
活動助成金

地域特性を生かした魅力的で活力あるまちづくりを進めるために、新たなまちづくり活動を行う団体に対し、活動事業費を助成します。

**対象団体** ①構成員が5人以上で、構成員の半数以上が区内に居住・勤務・通学している団体。

②政治・宗教・営利を目的とせず、原則として市から直接または間接的に助成を受けていない団体。

**対象活動** 新たな活動または現状からのレベルアップを目指す活動で、次のいずれかに該当する活動。

①地域課題の解決を目的とする活動。

②区のまちづくり情報の共有や交流、ネットワークの形成を図る活動。

③区の自然・文化・歴史・産業などの資源を生かした活動。

④その他、区のまちづくりの

進展に寄与すると区長が認める活動。

※同一団体への助成は3年を限度とします。

**助成額** 対象経費の2分の1以内。限度額30万円。

**申** 地域振興課で配布している申込書に必要事項を記入の上5月29日(金)までにお持ちください。

**申込先・詳細** 地域振興課まちづくり調整担当

☎(889)2400内線253

寺子屋ボランティア  
による出前講座

さまざまな分野の専門知識や技術を持つ方々を講師として登録し、町内会や地域の勉強会などに派遣しています。ぜひご利用ください。

**内** 教養、趣味、健康・スポーツの3分野30講座。英会話、戦争体験、絵手紙、フラワーアレンジ、硬筆、体操など。

**申** 利用申込書に必要事項を記入の上、郵送、ファクス、Eメールまたは直接持参してください。電話でもお申し込みできます。

**配布資料** 講座一覧、利用申込書は、地域振興課・区内各まちづくりセンターで配布しているほか、区ホームページで入手できます。

**申込先・詳細** 地域振興課地域活動担当

☎(889)2400内線256

春の一日合同行政相談

行政の仕事についての苦情や要望などはありませんか。行政相談委員が、皆さんからの相談をお受けします。

また当日以外も、電話や区役所の相談コーナー(1階西側ロビー)で相談できます。秘密は厳守しますので、気軽にご相談ください(費用無料)。

**日** 5月21日(木)午前10時30分～午後4時。

**所** 区役所1階西側ロビー。

**行政相談委員**  
飯村 隆 ☎(885)0177  
中橋 静江 ☎(881)1359  
鶴木 孝敏 ☎(882)0710

**詳細** 総務企画課広聴係  
☎(889)2400内線225

清田区  
ロビーコンサート

映画音楽と懐メロの名曲をギターの調べでお届けします。曲目 涙そうそう、天城越えほか。

**演奏者** 武村 悟氏。

**日** 5月19日(火)午後0時30分～0時55分。

**所** 区役所1階西側ロビー。

**費** 無料。

**申** 当日直接会場にお越しください。

7/10(金) 北海道日本ハムファイターズ清田区民応援デー

スポーツを身近に感じてもらうために、子どもをはじめとする区民の皆さんに、スポーツへの参加や観戦を通じた地域のスポーツ振興の取り組みを支援しています。このたび、北海道日本ハムファイターズが、清田区民デーに札幌ドームで行われる千葉ロッテマリーンズ戦(1塁側C指定席)にご招待します。みんなでファイターズを応援しましょう。



|            |                                                                                                                                                                                             |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>日</b>   | 7月10日(金)午後6時試合開始                                                                                                                                                                            |
| <b>対 定</b> | 区内にお住まいの方・1,000組2,000人。                                                                                                                                                                     |
| <b>申</b>   | 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・返信先(返信はがき)を記入のうえ応募ください(1人1通のみ有効、応募多数時抽選)。チケットは2人分当たります。<br><b>申込期間</b> 5月11日(月)～6月10日(木)(必着)<br><b>申込先</b> 〒062-8655 豊平区羊ヶ丘1番地<br>(株)北海道日本ハムファイターズ 清田区民デー係<br>☎857-3939 |
| <b>他</b>   | 応募者の個人情報は、(株)北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、「清田区民デー」の返信はがき発送および抽選、アンケート、札幌ドームチケット販売のダイレクトメールによる案内以外には利用されません。                                                                                         |

詳細：地域振興課地域活動担当 ☎889-2400 内線256

高齢者教室「ふれあい学園」  
受講生募集



講義や体験学習を通して、心豊かな生活を探すチャンスです。

**内容** 陶芸、川柳、絵手紙、社交ダンス、フラワーアレンジ、料理実習、日帰り旅行など全25回

**日時** 6月2日～12月8日(毎週火曜日) 午前10時～正午。  
※夏休み期間：7月29日(水)～8月24日(月)  
※一部、日時が変更となる場合があります。

**会場** 区民センター(清田1-2)ほか

**対象** 区内にお住まいの65歳以上(6月2日(火)現在)の方で、毎週受講できる方(過去に受講された方はご遠慮ください)。

**定員** 50人

**費用** 無料(材料費の負担がある講座があります)

**申込方法** 5月13日(水)～15日(金)の午前9時～午後5時に電話または直接窓口でお申し込みください(申し込み多数時抽選)。

**その他** 一部の講座を選択して受講することはできません。

**申込先・詳細**：地域振興課地域活動担当  
☎889-2400 内線256

|     |          |        |                    |
|-----|----------|--------|--------------------|
| 人口  | 115,301人 | (-129) | 4月1日現在<br>( )内は前月比 |
| 男   | 54,661人  | (-111) |                    |
| 女   | 60,640人  | (-18)  |                    |
| 世帯数 | 43,363世帯 | (+70)  |                    |

**詳細**  
☎ 保険年金課 収納係  
(889) 24000

内線  
406

**ポリオ（小児マヒ）ワクチン  
服用のお知らせ**

|   |                                                                  |
|---|------------------------------------------------------------------|
| 目 | 下表の通り。ただし、お子さんの体調などによりお住まいの地区以外の日にお越しいただいても構いません。                |
| 所 | 区役所 2 階保健センター                                                    |
| 対 | 生後 3 カ月から 90 カ月（7 歳 6 カ月）未満のお子さん。ただし、望ましい接種年齢は生後 3 カ月から 18 カ月です。 |
| 費 | 無料                                                               |
| 他 | 1 歳を過ぎたお子さんは、ポリオよりも M R ワクチン第 1 期を優先して接種しましょう。                   |

### 対象地区・日程

| お住まいの地区           | 月 日      | 受付時間              |
|-------------------|----------|-------------------|
| 北野・有明             | 5月8日(金)  | 午後1時15分<br>～2時30分 |
| 清田・真栄             | 5月12日(火) | 午前9時<br>～10時30分   |
| 平岡・平岡公園東          | 5月19日(火) | 午後1時15分<br>～2時30分 |
| 里塚・里塚緑ヶ丘・<br>美しが丘 | 5月25日(月) | 午後1時15分<br>～2時30分 |

詳細：健康・子ども課保健予防係  
☎ 889-2400 内線 512~5



申込先・詳細 平岡まちづく  
りセンター（平岡7条3丁目）  
☎（883）7100

**申** 5月14日(木)までに電話  
でお申し込みください。(土・  
日曜、祝・休日を除く)。  
※申し込み多数の場合は抽選。  
**一般来場** どなたでも参加で  
きるので気軽にお越しください。

**【所】** 平岡地区会館（平岡7条3丁目）。

**【対費】** 無料。

**【参加スベース】** 1区画2メートル×1・3メートル程度。

平岡地区にお住まいの方。

出店者を募集しています。  
資源を再利用し、ごみを減ら  
しましょう。

**日** 5月24日(日)午前10時～  
午後2時。

## 平岡フリーマーケット

出店者を募集しています。  
資源を再利用し、ごみを減ら  
しましょう。

胃がん  
大腸がん検診

6月10日(水)午前8時45分〜10時受け付け。

区役所2階保健センタ  
40歳以上の方。  
胃がん検診700円、大腸  
がん検診400円。

※70歳以上の方、65歳～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方、生活保護世帯・市・道民税非課税世帯の方は検診料が無料になります。

**申** 検診日の1週間前まで  
 に電話でお申し込みください。  
**申込先・詳細** 健康・子ども  
 課健やか推進係  
 ☎(889)2400 内線523

**介護予防教室「若返ろう！しゃっきり教室」**  
～もっと介護予防、ほっとな仲間づくり～

介護予防の方法を体験しながら、仲間づくりをしてみませんか？  
いつまでも元気でいるために、みんなで支え合いながら介護予防の  
達人を目指しましょう！（本年度は全４回同内容の教室を開催予定）

| 月日・タイトル                                                     | 内 容                                                                     | 会 場                      |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 【第1回】6/9 (火)<br>リラックスして、<br>しゃっきり教室を<br>楽しもう！               | 一緒に学ぶ仲間とレクリエーションをしながら交流を深めます。                                           | 区役所2階<br>保健センター<br>講堂    |
| 【第2回】6/16 (火)<br>お口から始める<br>健口づくり                           | お口の健康を維持する健口体操などを行います。<br>(講師：歯科衛生士)                                    | 区役所2階<br>保健センター<br>講堂    |
| 【第3回】6/23 (火)<br>体にえーよー、<br>バランス食事編                         | カルシウムを上手に取るためのコツを簡単な調理実習などで学びます。(講師：管理栄養士)                              | 区役所2階<br>保健センター<br>調理実習室 |
| 【第4回】7/1 (水)<br>1歳でも若く！<br>脳力向上編                            | 脳の若さを保つコツを講話や実習で学びます。<br>(講師：作業療法士)                                     | 区役所2階<br>保健センター<br>講堂    |
| 【第5回】7/7 (火)<br>あせらず、転ばず、<br>足腰しっかり編                        | 転ばないために必要な足腰の筋力をつける体操を行います。<br>(講師：理学療法士)                               | 区役所3階<br>大会議室            |
| 【第6回】7/14 (火)<br>見つけた！私の<br>しゃっきり生活編                        | 今までを振り返り、自分のしゃっきり生活を見つけましょう！自分に似合う色などについての話も聞けます。<br>(講師：日本ユニバーサルカラー協会) | 区役所2階<br>保健センター<br>講堂    |
| 時間：午後2時から2時間程度（午後1時45分受け付け開始）<br>※全6回中4回以上出席の方には修了書をお渡しします。 |                                                                         |                          |
| 【対】                                                         | 区内にお住まいの介護予防に興味のある方<br>※平成19・20年度に受講した方以外が優先                            |                          |
| 【定】                                                         | 30人                                                                     | 【費】 無料                   |
| 【申】                                                         | 6月1日(月)～5日(金)に電話でお申し込みください。（先着順）。                                       |                          |

申込先・詳細：保健福祉課保健支援係  
☎ 889-2400 内線 361

## パークゴルフ場のご案内



- ① 厚別川緑地  
 (1) 白鳥コース (清田 1-1 地先) (5 月中旬)  
 (2) マガモコース (北野 5-4 地先) (4/26 日)  
 NPO 法人あしりべつ川の会  
 小林 こばやし ☎ 090-1527-2188

② 平岡公園コース (平岡 4-7 地先)  
 (A コース: 4/25 (土) B コース: 梅林花見期間終了後)  
 平岡公園管理事務所 ☎ 881-7924

③ 真栄ハイテクヒルパークゴルフ場 (真栄 363 番地) (4/30 日)  
 真栄ハイテクヒルパークゴルフ同好会  
 小澤 おざわ ☎ 882-3530

④ 清田中央・みどりパークゴルフ場 (清田 9-3 地先) (4/29 祝)  
 清田中央パークゴルフ同好会  
 現地受け付け電話 ☎ 080-1890-7044  
 鈴木 すずき ☎ 090-9527-6536

※ ( ) 内はオープン予定日です。

※③、④の利用の際には維持管理協力金をお願いしています。

**詳細：**

- ① 清田区土木センター（平岡 2-4） ☎ 888-2800  
② 環境局みどりの管理課（中央区南 1 東 1） ☎ 211-2536  
③④ 総務企画課庶務係 ☎ 889-2400 内線 213

**里美ふれあいクラブ 6月のパソコン講座**

|   |                                                                                            |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 内 | <b>Word（ワード）基礎編</b><br>基本的な書式設定の確認とビジネス文章作成をしてみましょう（文字入力できる方が対象です）。                        |
| 日 | 6月1日(月)、2日(火)、3日(水) 午前10時～正午                                                               |
| 所 | 里塚・美しが丘地区センター（里塚2条5丁目）<br>視聴覚室                                                             |
| 申 | 5月18日(月)までに電話または直接窓口でお申し込みください（土・日曜、祝・休日を除く）。<br>申し込み多数時は抽選を行い、受講が決まった方のみはがきで通知します（定員20人）。 |

申込先・詳細：里塚・美しが丘まちづくりセンター  
(里塚 2-5) ☎ 884-1210

本文中の記号の見方 内 = 内容 日 = 日時 所 = 会場 対 = 対象 定 = 定員  
費 = 費用 申 = 申し込み方法 E = Eメール 他 = その他

## 住民集団健康診査

当日直接会場にお越しください（予約不要）。

①、②については健康保険の受診券と被保険者証をお持ちください。  
医療機関で実施する①、②の健康診査では胸部X線検査を実施しませんので、④の検査をご利用ください。

本年度中に医療機関で下記の検査（⑥を除く）を受けた方は受診できません。

| 実施日     | 受付時間                      | 会場（所在地）                            |
|---------|---------------------------|------------------------------------|
| 6/8（月）  | 午前9時30分～11時<br>午後1時30分～3時 | 真栄地区会館（真栄2-2）<br>里塚記念会館（里塚3-7）     |
| 6/15（月） | 午前9時～11時<br>午後1時30分～3時    | こもれば会館（平岡公園東10）<br>清田中央総合会館（清田6-2） |

7～11月実施分については、来月号以降に掲載します。

| 検査の種類                                               | 内容                                                               | 対象（市内在住）                                                                             | 費用                                       |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| ①特定健康診査<br>糖尿病などの生活習慣病発症の危険性を高めるメタボリックシンドロームに着目した検査 | 基本的な検診（問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査）<br>詳細な検診（※1）（貧血検査、心電図検査、眼底検査） | 40～74歳の国民健康保険加入者<br>※それ以外の健康保険の加入者は、上記の会場が健診先に指定されている場合は受診可能。詳細はご加入の健康保険にお問い合わせください。 | 600円（※2）<br>貧血…無料<br>心電図…200円<br>眼底…200円 |
| ②後期高齢者の健康診査                                         | 問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査                                       | 75歳以上（原則）の後期高齢者医療制度加入者（※3）                                                           | 400円（※2）                                 |
| ③生活保護受給世帯・支援給付世帯の健康診査                               | 上記年齢区分に従い、同内容の検診を実施                                              |                                                                                      | 無料（※4）                                   |
| ④胸部X線検査（肺がん検診）                                      | 胸部X線撮影および読影                                                      | 40歳以上（※5）                                                                            | 無料（喀痰検査400円 ※6）                          |
| ⑤緊急肝炎ウイルス検査                                         | B型・C型肝炎ウイルス検査                                                    | 過去に検査を受けたことがない希望者                                                                    | 無料（平成22年3月31日（木）まで）                      |
| ⑥健康相談                                               | 相談、血圧検査、尿検査                                                      | 15～39歳                                                                               | 無料                                       |

※1 一定の基準のもと、医師の判断で追加実施  
※2 市・道民税非課税世帯は免除（送付される受診券に記載）  
※3 高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病で、医療機関ですでに受診している方は対象外  
※4 生活保護受給証明書を持参（保護課で無料発行。印鑑持参）  
支援給付世帯の方は本人確認証をお持ちください。  
※5 会社などで検査を受ける機会のある方を除く  
※6 問診で医師が必要と認めた場合  
市・道民税非課税世帯、生活保護世帯、65～69歳で後期高齢者医療制度被保険者、70歳以上の方は無料

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400 内線 523



## 食生活改善推進員養成講座 受講生募集

健康的な食生活を学びながら、地域で食を通じた健康づくりを広めるボランティア活動を行う推進員を養成します。一緒に楽しく活動してみませんか。

| 内容                             | 日程      |
|--------------------------------|---------|
| ①開講式、公衆衛生                      | 5/27（水） |
| ②私たちの保健センター、健康づくりについて、在宅ケアについて | 6/1（月）  |
| ③栄養の知識Ⅰ                        | 6/8（月）  |
| ④生活衛生                          | 6/12（金） |
| ⑤献立の立て方と調理実習                   | 6/18（木） |
| ⑥グループワーク、ボランティアについて            | 6/24（水） |
| ⑦病人の食事、歯の健康                    | 6/29（月） |
| ⑧栄養の知識Ⅱ                        | 7/6（月）  |
| ⑨健康づくり（演習）                     | 7/10（金） |
| ⑩地区組織活動の進め方、閉講式                | 7/15（水） |

|       |                                                               |
|-------|---------------------------------------------------------------|
| 時間    | 午前9時～正午 ※⑤は午前9時～午後1時                                          |
| 対象・定員 | 区内にお住まいの方・20人                                                 |
| 費用    | 無料 ※テキスト代…1,155円                                              |
| 申込方法  | 5月11日（月）～15日（金）に電話または直接窓口でお申し込みください（申し込み多数時抽選）。               |
| その他   | 日時・内容は変更する場合があります。<br>市内全区で開講します。受講できない日程があれば、他区で振り替え受講が可能です。 |

申込先・詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400 内線 522

## 歯の衛生週間～あなたも今日から歯ブラシ+1！～

### ①歯の衛生週間パネル展

日時：6月1日（月）～5日（金）

### ②歯間ブラシサンプルの無料配布（先着50人）と正しい歯ブラシ圧の測定体験

日時：6月4日（木）、5日（金） 午前10時～正午

※会場はいずれも区役所1階正面ロビーです。

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400 内線 524



## 第1回清田区歩こう会

清田区ではウォーキングによる健康づくりを進めています。ウォーキングは、“いつでも・どこでも・だれでも・気軽に・安全に”行える有酸素運動です（本年度は全3回開催予定）。

コース 平岡公園よくばりコース（約8キロメートル）

日時 5月11日（月）午前9時30分～正午（午前9時受け付け開始）

集合・解散場所 区役所正面玄関前

申込方法 当日直接会場にお越しください。

その他 水分補給用飲料水、汗ふき用タオルを持参し、歩きやすい服装と靴でご参加ください。悪天候の場合は中止します。

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400 内線 525

## 市民健康教育 くすりとくらしの健康教室

医療と保健に関する最新の情報をテーマに、講演会を開催します。

|     |                                                             |
|-----|-------------------------------------------------------------|
| 内   | 「知って得する薬の話」<br>間違いの多い薬の飲み方、選び方、効用などについて<br>講師：柳瀬薬局 柳瀬 義博 先生 |
| 日   | 5月20日（水） 午後2時～3時                                            |
| 所   | 区役所2階 保健センター講堂                                              |
| 費 申 | 無料。当日直接会場にお越しください。                                          |

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400 内線 525

清田区の魅力あふれる写真募集中！

## 応募先

〒004-1861  
清田区総務企画課広聴係

清田区平岡1条1丁目

E kyotatomu@city.sapporo.jp



## 学校図書館 地域開放のお知らせ

小学校の図書館を地域に開放しています。幼児向けの絵本から一般書（趣味の本やベストセラーなど）まで幅広い蔵書を、どなたでも無料で借りることができます。  
また図書館の日常業務や読み聞かせなどを月1回程度お手伝いしていただくボランティアも募集しています。年齢は問いませんしお子さん連れの方も参加できます。

| 学 校（所在地）           | 開放曜日  | 開 放 時 間                              | 電話番号（ファクス番号）       |
|--------------------|-------|--------------------------------------|--------------------|
| 北野小学校（北野 3-2）      | 月・木・金 | 午後1時～4時                              | 881-8521（881-9674） |
| 清田南小学校（清田 5-2）     | 月・水   | 1階 午後2時30分～3時30分                     | 881-1975（881-9759） |
|                    |       | 4階 午後0時30分～3時30分                     |                    |
|                    | 金     | 1階 午後1時30分～3時30分<br>4階 午後0時30分～3時30分 |                    |
| 清田緑小学校（清田 7-3）     | 月・水・木 | 午後0時50分～3時50分                        | 883-3303（883-0974） |
| 平岡小学校（平岡 9-2）      | 月・木・金 | 午後1時～4時                              | 883-7801（883-9419） |
| 美しが丘緑小学校（美しが丘 4-5） | 火・水・金 | 午後1時～4時                              | 886-5511（886-5515） |

詳細：各開放校または教育委員会生涯学習推進課 ☎ 211-3872

## たのしい おはなしの会

**日時** 5月21日(木)午前10時30分、23日(土)午後2時30分、6月4日(木)午前10時30分

**会場** 清田図書館（区役所4階）お話し室

**対象** 幼児とその保護者

**申込方法** 当日直接会場にお越しください。

**詳細：清田図書館**  
☎ 889-2484



## 子育てに関するお知らせ

申込先・詳細：健康・子ども課子育て支援係 ☎ 889-2400 内線 570

### 子育てふれ愛隊を募集します

子育て家庭を応援するボランティア「子育てふれ愛隊」を養成する講習会を開催します。子育ての基本知識や親子とのかかわり方、実技などを学ぶほか、子育てサロンの体験も行います。

|          |                                           |
|----------|-------------------------------------------|
| <b>日</b> | 6月22日(月)、23日(火)、26日(金) 午前10時～正午           |
| <b>所</b> | 区役所2階 保健センター講堂                            |
| <b>対</b> | 子どもやボランティア活動に関心のある方                       |
| <b>定</b> | 15人                                       |
| <b>費</b> | 無料                                        |
| <b>申</b> | 5月21日(木)午前9時から電話でお申し込みください（先着順、土・日曜日を除く）。 |

### わくわく子育てセミナー

|          |                                           |
|----------|-------------------------------------------|
| <b>内</b> | 楽しいわらべうた「親子であそぼう！」<br>講師：村場 容子氏           |
| <b>日</b> | 6月30日(火)<br>午前10時30分～11時30分               |
| <b>所</b> | ライブヒルズ町内会館（平岡公園東3）                        |
| <b>対</b> | 乳幼児とその保護者（20組）                            |
| <b>費</b> | 無料                                        |
| <b>申</b> | 5月28日(木)午前9時から電話でお申し込みください（先着順、土・日曜日を除く）。 |

### 出前子育て相談 「ピンポーンこんにちは」

子育て支援サービスを利用できない家庭に、保育士が直接訪問し、子育てに関するお話を伺います。

|          |                                                   |
|----------|---------------------------------------------------|
| <b>内</b> | ①お子さんとかかわり方などのアドバイス<br>②育児サービスや制度の紹介<br>③子育て相談 など |
| <b>対</b> | 子育て支援サービスが利用できない乳幼児を育てているご家庭                      |
| <b>費</b> | 無料                                                |
| <b>申</b> | 電話でお申し込みください（土・日曜、祝・休日を除く）。                       |

### 子育て講座のお知らせ

子育てに関するさまざまな講座を開催しています。「テーマ別講座」と参加者同士が自由に話し合う「おしゃべり HOT・タイム」があります。参加してみませんか（受講中はお子さんをお預かりします）。

|                  | 内 容                                                           | 日 程             | 定 員    | 申込開始日     |
|------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|--------|-----------|
| テーマ別<br>講座       | 親子で輝く Happy コーティング<br>講師：佐藤 真理子氏                              | 6月16日(火)        | 各 20 人 | 5月18日(月)  |
|                  | おもちゃ選びはおもしろい!!<br>講師：杉本 秀樹氏                                   | 9月18日(金)        |        | 8月18日(火)  |
| おしゃべり<br>HOT・タイム | 日ごろ感じていることなどを<br>自由におしゃべりします(2回<br>1コース)。                     | 8月25日(火)、27日(木) | 各 10 人 | 7月23日(木)  |
|                  |                                                               | 12月2日(水)、4日(金)  |        | 11月12日(木) |
|                  |                                                               | 3月2日(火)、4日(木)   |        | 2月12日(金)  |
| 時 間              | 午前10時00分～11時30分                                               | 会 場             | 区役所    |           |
| 申込方法             | 各申込開始日の午前9時から電話でお申し込みください(先着順)。                               |                 |        |           |
| その他              | 多くの方に参加していただくため、「テーマ別講座」「おしゃべり HOT・タイム」ともに年1回ずつの参加とさせていただきます。 |                 |        |           |

**里塚・美しが丘地区センター講座受講生募集** 申込先・詳細：里塚・美しが丘地区センター（里塚 2-5） ☎ 888-5005

| 講座名                     | 内容                                              | 日時                                       | 定員   | 受講料     | 申込締切日    |
|-------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------|------|---------|----------|
| みんなでクッキング<br>「子どもピザづくり」 | 子どもが喜ぶおいしいピザを生地から簡単に作ります                        | 5/17 (日) 午前 10 時～正午                      | 16 人 | 600 円   | 5/15 (金) |
| 日曜大工講座<br>「網戸張り替え実践」    | 網戸張り替えの実践（3 枚まで持参可）と、サッシ・ドアなど建具の困りごとワンポイントアドバイス | 5/22 (金) 午前 10 時～正午                      | 10 人 | 1,500 円 | 5/19 (火) |
| ゴスペル講座                  | 初心者でも無理なく楽しくゴスペルを満喫                             | 5/28、6/4、6/11、6/18（全 4 回、木曜日） 午前 10 時～正午 | 20 人 | 2,000 円 | 5/22 (金) |

**対象** 区内にお住まいまたはお勤めの 15 歳以上の方（中・高校生を除く）。ただし、「みんなでクッキング」は小学生以上可。  
**申込方法** 各締め切り日までの午前 9 時～午後 5 時に電話または直接窓口でお申し込みください。（同時に受講料も納めてください）。  
**その他** 1 回 500 円で託児サービスを受けることができます。

**清田区民センターからのお知らせ** 申込先・詳細：清田区民センター運営委員会（清田 1-1） ☎ 883-2050

**第 1 期定期講座 受講生募集**

| 講座名               | 内容                                                       | 日時                                                             | 会場<br>(区民センター内) | 定員             | 受講料<br>教材費         |
|-------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|--------------------|
| ①インターネット活用講座      | ホームページから生活に役立つ情報を得る方法を学び、インターネットを利用した予約やショッピング体験を試みませんか。 | 5/27、6/3、6/10、6/17、6/24、7/1（全 6 回、水曜日）<br>午後 1 時 30 分～3 時 30 分 | 視聴覚室            | 20 人           | 3,800 円<br>1,200 円 |
| ②知って得する<br>マネー講座  | 知らないと損をするちょっとした節約術、人生に必要なお金の考え方、準備の仕方などを学びませんか。          | 6/2、6/9、6/16、6/23、6/30（全 5 回、火曜日）<br>午後 1 時 30 分～3 時 30 分      | 集会室 4           | 20 人           | 2,000 円<br>なし      |
| ③ママと一緒に<br>エアロビクス | 「崖の上のポニョ」などの音楽でお子さんとエアロビクスを楽しみませんか。                      | 6/5、6/12、6/19、6/26、7/3（全 5 回、金曜日）<br>午前 10 時 30 分～11 時 30 分    | 集会室 2・3         | 15 組<br>(30 人) | 2,500 円<br>なし      |

**対象** 区内にお住まいまたはお勤めの 15 歳以上の方（中・高校生を除く）。お子さん連れの受講はできません。ただし、①は文字入力ができる方が対象です。③は 1 歳～5 歳くらいのお子さんとその母親が対象です（1 歳未満のお子さんはご遠慮ください）。  
**申込方法** 5 月 11 日(月)～18 日(月)の午前 9 時～午後 5 時に電話または直接窓口でお申し込みください。申し込み多数時は 5 月 19 日(火)午前 10 時 30 分に区民センターロビーで公開抽選（立ち合い自由）を行い、当選者・補欠者のみ電話でお知らせします。定員に満たない講座は申込締め切り後も受け付けます。また、申込者が少ない講座は中止する場合があります。  
**受講料** 5 月 25 日(月)までの午前 9 時～午後 5 時に窓口で納めてください。一度納入いただいた受講料はお返しできません。  
**教材費** 講座初回に納めてください。

**清田区人材育成講座  
「くらし塾 きんゆう塾」**

**内** ①くらしと税金  
講師：金融広報アドバイザー 岡嶋 宏明氏  
②楽しい数学「くらしに役立つ数学的思考法」  
講師：清田区未来ネット講師 青山 弘子氏

**日** 6 月 11 日(木) 午後 6 時 45 分～9 時

**所** 区民センター 集会室 4

**定** 20 人 **費** 無料

**申** ファクスまたは E メールでお申し込みください。  
清田区未来ネット金融学習グループ  
鯉淵 佳代 ☎ 884-3673 FAX 884-3991  
E メール：HOMiraiNETTO@aol.com

**パソコンはじめの一步**

ソフトの使い方に特化せず、本当にパソコンを使えるようになるための基礎的知識・技術の習得を目指します。

**日** 5/28～8/6 の毎週木曜日（5/29 のみ金曜日）全 12 回  
午後 1 時 30 分～3 時 30 分

**所** 区民センター 視聴覚室 **定費** 20 人。受講料 7,500 円、教材費 2,500 円

**対** ・初めてパソコンに触る方。もう一度基礎からしっかり覚えたい方  
・区内にお住まいまたはお勤めの 15 歳以上の方（中・高校生を除く）。お子さん連れの受講はできません。受講経験者はご遠慮ください。

**申** 5 月 14 日(休)～18 日(月)の午前 9 時～午後 5 時に電話または直接窓口でお申し込みください。申し込み多数時は 5 月 19 日(火)午前 10 時 30 分に区民センターロビーで公開抽選（立ち合い自由）を行い、当選者・補欠者のみ電話でお知らせします。  
**受講料** 5 月 25 日(月)までの午前 9 時～午後 5 時に窓口で納めてください。一度納入いただいた受講料はお返しできません(教材費は講座初回に納めてください)。

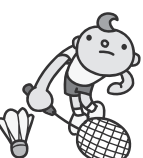


**清田区体育館・温水プールからのお知らせ** 申込先・詳細：清田区体育館・温水プール（平岡 1-5） ☎ 882-9500

**ピンポイントバドミントン**

| コース     | 日程                            | 時間                       | 定員    | 受講料     |
|---------|-------------------------------|--------------------------|-------|---------|
| アンダーハンド | 6/15、6/22、6/29<br>(全 3 回、月曜日) | 午前 9 時～10 時 25 分         | 各 8 人 | 2,600 円 |
| オーバーハンド |                               | 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分 |       | 3,100 円 |

**対象** 中級～中上級、16～59 歳の方  
**申込方法** 5 月 12 日(火)午前 9 時から電話または直接窓口でお申し込みください（先着順）。  
**受講料** 5 月 21 日(木)～26 日(火)午前 9 時～午後 8 時に納めてください。



**女性のための  
ストレッチボールコンディショニング**

ストレッチボールという円柱に体を乗せ、背骨のまわりや体の奥にある筋肉（深層筋）のリラクセスとトレーニングを行う教室です。姿勢のゆがみを整え、腰痛・肩こりを予防し、活動しやすい身体づくりを目指します。

**日** 5/21、5/28、6/4、6/11、6/18、6/25（毎週木曜日、全 6 回） 午前 10 時～11 時

**対** 16 歳以上の女性 **定** 15 人

**費** 4,200 円（65 歳以上の方は 3,400 円）。このほか毎回施設利用料が必要です。

**申** 5 月 15 日(金)までの午前 9 時～午後 8 時に電話または直接窓口でお申し込みください(申し込み多数時抽選)。