



【編集】

東区役所総務企画課広聴係
〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目
☎741-2414 FAX742-4762
E-mail hi.somu@city.sapporo.jp

ネットで検索!

●東区民ホームページ [ようこそひがしく](http://www.city.sapporo.jp/higashi/) 検索
<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>

●東区広報番組
「東区情報ひろば〜タッピー通信」
さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
毎週水曜日10時30分〜40分



東区の
出来事を
「声」で
届けます

子育ての強い味方!
「タッピールーム」を
ぜひご利用ください

本誌東区版5ページ「東区の子育てサロン」
も併せてご覧ください。



子育てに
関する
情報提供

子育てに
関する
相談

子育て
サークルや
ボランティア
活動の紹介

絵本・育児書
などの閲覧と
貸し出し

入口の
「タッピー」が
目印です

手作り
おもちゃの
紹介

子育て情報室「タッピールーム」では、
子育てサロンなどの情報や子育てに役立つ各種資料
をそろえています。
タッピールームをお気軽にご利用ください。

場所 東保健センター（北10東7）1階「子育て支援係」事務室内
時間 8時45分〜17時15分（土・日・祝・年末年始は休み）
お問い合わせ 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331

4/11〜5/10の

ひがしくの催し



FMさっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
「東区情報ひろば〜タッピー通信」放送日(10時30分〜40分)
●「東区」 ●「さ」

※本誌「東区版」に掲載している情報から
抜粋しています。詳細、その他の情報に
ついては東区版4〜7頁をご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
				4/11 ・市税の夜間納税相談 P4 ・歌声サロン P7	12 ヘルスアップフェア健康 講話 P7	13 スプリングコンサート P6
14	15 ・ロビーコンサート P4 ・胃がん・大腸がん検診 P4	16 BCG接種 P5	17 絵本の読み聞かせの会 P7	18 ・市税の夜間納税相談 P4 ・歌声サロン P7	19 おはなし会 P6	20
21	22 胃がん・大腸がん検診 P4	23 ・BCG接種 P5 ・レインボーカップ P6	24 ・絵本の読み聞かせの会 P7 ・たのしいおはなし会 P7	25 ・市税の夜間納税相談 P4 ・つくっちゃ王 P6 ・歌声サロン P7	26 ・子育て講座 P5 ・つくっちゃ王 P6	27 お話の扉（朗読） P7
28 サンデーサロン P5	29	30	5/1 ① P6 ② P7 ①おもちゃの無料修理 ②絵本の読み聞かせの会	2 市税の夜間納税相談 P4	3	4 おはなし会 P6
5	6	7 BCG接種 P5	8 ・はじめてのiPad入門講 座(5/14日まで全5回) P7 ・絵本の読み聞かせの会 P7	9 ① P4 ② P5 ③ P7 ①市税の夜間納税相談 ②トイレトレーニング ③Let's Enjoy☆ベビース キンシップ(7/11(木)ま で全3回)	10 ONE TIMEグループテニス P7	



東区

1

2013-4 広報さっぽろ

るスクールガード!



いよう、登下校の様子を日ごろから見守り
クールガードの活動についてご紹介します。

子どもを守るボランティア **スクールガード**

スクールガード

地域の小学校、幼稚園などの登下校時に、子どもたちを優しく見守るボランティア。

P T Aや町内会の方などが活動しています。

札幌市 1,998人

東区 213人

スクールガードとして活動中。

スクールガードの活動効果

- 犯罪をたくらむ者に犯行をあきらめさせる。
- 犯罪をたくらむ者の地域への接近を防止する。
- 地域に安心をあたえる。

スクールガードの活動内容

- あいさつで声掛けを行い、児童の様子を確認。
- 腕章などを着け、登下校時に学校、通学路を目立つように巡回。

巡回中こんなことを確認しています。

- 公園などに異常はないか安全点検
- 通学路に見慣れない人・車はいないか
- 死角になる場所、見通しの悪い場所はないか

通学路で子どもたちの見守りを始めて今年で8年目になります。校区内に危険な場所がないか、子どもたちが安心して遊んでいるか巡回し確認しています。子どもたちの「おはよう」という元気な笑顔が活動の励みになっています。



スクールガード (美香保小学校区)

たかしま ただし
高島 忠司さん

美香保小学校 ほんま ゆういち 本間 雄一校長
からコメントをいただきました。

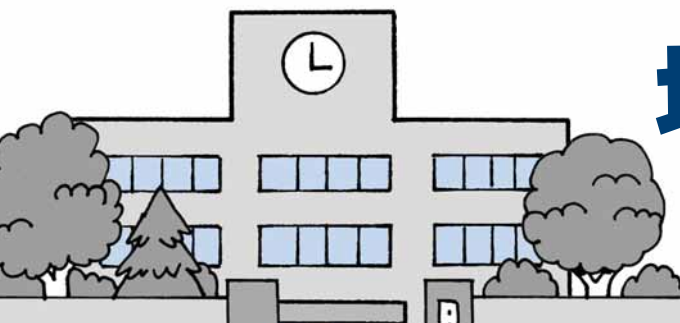
スクールガードの皆さまには、子どもたちの安全・安心のために、いつも見守っていただき、本当にありがとうございます。

冬の横断歩道に砂をまいていただいたり、夕暮れ時には、公園で遊ぶ子どもたちに声を掛けていただいたりと、子どもたちが健やかに生活できるように支えていただいています。

今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

朝の巡回見守りの様子





地域を見守り続け

子どもたちが悲惨な事件の被害者にならない
続けるスクールガードの皆さん。今月はス

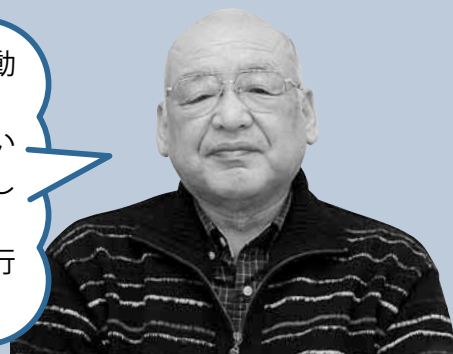
不審者対策のアドバイザー スクールガードリーダー

スクールガード リーダー

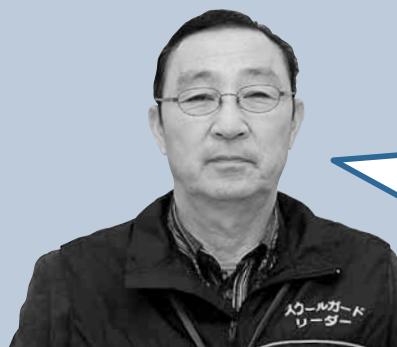
警察官OBで組織され
ており、学校や通学路
の安全管理、不審者へ
の対処方法などを、各
学校やスクールガード
にアドバイスしていま
す。

札幌市 50人
東区 5人
スクールガードリー
ダーとして活動中。

学校や地域のご理解のもと充実した活動
ができています。
集団下校訓練で、児童と一緒に歩いてい
るので、子どもたちが気軽にあいさつし
てくれます。
機会があれば、交通安全の講義なども行
っています。



みやもと たけし
宮本 武士さん



やぎはし せい き
柳橋 正気さん

最近の犯罪傾向の話や、不審者対策につい
てのアドバイスを、学校の皆さんやスクールガ
ードさんに行っています。
児童の皆さんにお願いします。通学路をきちん
と歩き、お友達と一緒に登下校してください。
また、何か起きたら防犯ブザーを鳴らして周
りの大人に知らせてください。

親子で覚えよう
安心・安全の合言葉

『いかのおすし』



お子さんと一緒に、
楽しく覚えられる
「防犯の合言葉」を
紹介します。

知らない人について**い**かない！
知らない人の車に**の**らない！
おおきな声を出す！
すぐに逃げる！
大人に**し**らせる！



これからも子どもた
ちが、事件の被害に
遭わないよう見守り
続けてください。



- + + + + +
- + スクールガード事業について +
- + 詳細：札幌市教育委員会生涯学習部管理課 +
- + ☎211-3831 +
- + スクールガードとして活動したい方は各学校に直 +
- + 接お問い合わせください。 +
- + + + + +





新入学児童の通学が始まります。登下校時間帯のスクールゾーン、公園の近く、交差点では安全運転を心掛けましょう。



東区マスコットキャラクター「タッピー」

4月11日～5月10日

平成25年3月1日現在の人口・世帯数
人口 257,724人(前月比+98)
世帯数 122,074世帯(前月比+50)

東区関連の主な施設

東区役所関連

- 東区役所 ☎741-2400
〒065-8612 北11条東7丁目
- 東区土木センター ☎781-3521
〒065-0033 北33条東18丁目
- 東保健センター ☎711-3211
〒065-0010 北10条東7丁目
- 北部市税事務所
〒060-8641 中央区北4西5アスティ45 9階
- 市税証明・口座振替担当 ☎207-3912
- 納税相談担当 ☎207-3913
- 個人の市・道民税担当 ☎207-3914
- 固定資産税・土地担当 ☎207-3917
- 固定資産税・家屋担当 ☎207-3918

まちづくりセンター

- 鉄東 ☎721-3105
〒060-0909 北9条東5丁目
- 北光 ☎721-1271
〒065-0018 北18条東5丁目
- 北栄 ☎721-6336
〒065-0025 北25条東7丁目
- 栄西 ☎752-9536
〒007-0842 北42条東4丁目
- 栄東 ☎711-2203
〒007-0841 北41条東14丁目
- 元町 ☎781-5375
〒065-0020 北20条東20丁目
- 伏古本町 ☎784-5534
〒007-0863 伏古3条3丁目
- 丘珠 ☎781-4283
〒007-0880 丘珠町183-2
- 札幌 ☎783-3608
〒007-0807 東苗穂7条2丁目
- 苗穂東 ☎742-4427
〒065-0043 苗穂町3丁目

区民センター・地区センターなど

- 東区民センター ☎742-5500
〒065-0011 北11条東7丁目
- ふしこ地区センター ☎785-6323
〒007-0871 伏古11条3丁目
- 栄地区センター ☎704-6005
〒007-0836 北36条東8丁目
- 苗穂・本町地区センター ☎784-7833
〒065-0042 本町2条7丁目
- 東区社会福祉協議会 ☎741-6440
〒065-0011 北11条東7丁目
- 東老人福祉センター ☎741-1000
〒007-0841 北41条東14丁目



区役所、保健センター
には公共交通機関で

区役所や区民センター、
保健センターの駐車場が大
変混雑しています。

ロビーコンサート

本場のアンデス音楽を楽
しませんか。
日時 4月15日(月)12時15分
45分。
会場 東区民センター。
出演 キラコ。
曲目 「コンドルは飛んで行
く」ほか。

お越しの際は公共交通機
関をご利用くださいますよ
う、ご協力をお願いいたし
ます。
なお、周辺の道路は駐車
禁止ですので、路上駐車は
おやめください。
詳細総務企画課庶務係 ☎
(741) 2409



胃がん・大腸がん検診

日時 ① 4月15日(月)、② 4月
22日(月)(受付時間は8時45
分～10時)。
会場 東保健センター。
対象 東区にお住まいの40歳
以上の方。
費用 胃がん700円、大腸がん

費用・申込無料。当日、直
接会場にお越しください。
詳細地域振興課まちづくり
調整担当 ☎(741) 2429

市税の夜間納税相談

毎週木曜日(祝日除く)
に夜間納税相談を行って
います。ご利用ください。
会場・詳細 北部市税事務所
(中央区北4西5アスティ
459階) 納税課 ☎(207)
3913

400円(70歳以上の方、65歳
以上の後期高齢者医療被保
険者、生活保護受給世帯、
支援給付世帯、市民税非課
税世帯は無料。証明書必要)。
申込 ① 4月11日(木)、② 4月
18日(木)までに電話または直
接窓口で申し込み。
詳細健康・子ども課健やか
推進係 ☎(711) 3211

国民健康保険料を口座振替にしませんか

安心便利!

一度申し込むと、指定した口座から自動的に振り替える安心・便利な制度
です。東区役所では現在口座振替促進キャンペーン中です。
ぜひお申し込みください。

- 申込** 保険年金課1階9番窓口。
番号札を取らず、直接窓口へお越しください。
- 持ち物** 預金通帳、銀行印、国民健康保険証。
- その他** キャンペーン中です。申し込まれた方には粗品を差し上げています。
※品物がなくなり次第終了
- 詳細** 保険年金課収納係 ☎741-2536



BCG接種のお知らせ

平成25年4月からBCG接種の日程が変更になります。

日時 毎月第1～4火曜（受付時間は8時45分～10時）。

会場 東保健センター。

対象 生後5カ月～1歳の誕生日前日までの乳児（生後5カ月～8カ月の接種が望ましい）。

その他 当日は接種のみとなります。

ご相談のある方は東保健センター2階保健予防係までお越しください。

詳細 健康・子ども課保健予防係 ☎711-3211



東区の子育てサロン

親子が気軽に交流し、楽しく遊べる場所です。

就学前のお子さんと保護者、妊婦の方、地域の方などお気軽にご参加ください。

- ・申し込み不要！直接会場へお越しください。
- ・東区内子育てサロンの一覧表「KOKOさろん」を東保健センター、東区役所で配布しています。ホームページからもご覧いただけます。

http://www.city.sapporo.jp/higashi/toiawase/ko_salon.html

詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331



ちあふる・ひがしから

■子育て講座

離乳のすすめ方「ごっくんもぐもぐ（5～8カ月ころ）」

日時 4/26(金)14時～15時。

対象 離乳前半のお子さんと保護者。

定員 10組（先着順）。

申込 4/12(金)10時から電話または直接窓口で申し込み。



■サンデーサロン

親子で一緒に楽しめる遊びや、ほかの親子との交流、保護者同士の情報交換もできます。

ご家族おそろいで遊びに来てください。

日時 4/28(日)10時～12時。

対象 就学前のお子さんと保護者。

申込 不要です。直接会場へお越しください。

■トイレトレーニング始めるタイミングと進め方について

日時 5/9(木) 10時30分～11時15分。

対象 1歳半～就学前のお子さんと保護者。

定員 15組（先着順）。

申込 4/25(木)10時から電話または直接窓口で申し込み。



■ハロー歯みがき 虫歯予防について

日時 5/21(火) 10時30分～11時30分。

対象 就学前のお子さんと保護者。

定員 10組（先着順）。

申込 5/7(火)10時から電話または直接窓口で申し込み。

詳細 ちあふる・ひがし（北9東7） ☎711-7807



犬の登録と狂犬病の 予防注射を 受けましょう！



※休診日は病院によって異なります。電話でご確認ください。
※犬の登録・予防注射は飼い主の義務です。
※手数料が掛かります（登録3,200円、注射2,490円、注射済票
交付700円）。

詳しくは本誌25ページをご覧ください。

詳細 動物管理センター（西区八軒9条東5丁目）☎736-6134

動物病院名	所在地	電話番号
アテナ動物病院アリオ札幌	北7条東9丁目 アリオモール内	733-7313
伊藤ペットカウンセリング	北12条東2丁目3-16	711-9319
北愛動物病院（札幌）	北12条東13丁目2-10	704-8311
北光犬猫病院	北14条東2丁目2-15	711-2477
中の道動物病院	北16条東7丁目2-10	722-3456
さっぽろ元町動物病院	北23条東18丁目4-10	786-1717
アルブル動物病院	北27条東1丁目1-22	704-5012
湯山動物病院	北31条東16丁目4-1	785-9756
まえたに動物病院（東豊）	北32条東12丁目1-10	721-8228
新道東どうぶつ病院	北34条東9丁目1-22	742-1122
アルファどうぶつ病院	北34条東16丁目1-22	783-1823

動物病院名	所在地	電話番号
さくら犬猫病院	北36条東22丁目5-7	787-7000
星野獣医科病院	北40条東5丁目1-1	753-4916
東麻生どうぶつ病院	北42条東1丁目5-30	711-3339
三上ペットクリニック	北48条東18丁目1-22	782-9808
百合が原動物病院	北51条東15丁目4-17	742-7203
かりきアニマル クリニック	東苗穂9条3丁目10-1	299-1205
もえれ動物病院	東苗穂10条2丁目11-16	211-8188
もりや動物病院	東苗穂12条3丁目17-1	791-7056
みかどペット病院	伏古9条2丁目5-10	781-7717
えとう動物病院	本町1条3丁目9-13	787-2633

※休診日・診療時間は各病院に電話などでご確認ください。

児童会館

<http://www.syaa.jp/>

○スプリングコンサート

（新生・4/13（土）15時～16時）

○レインボーカップ「ジャンケン総選挙」

（元町南・4/23（火）15時30分～16時）

○つくっちゃ王「ねんど消しゴム作り」

（栄西・4/25（木）、26（金）15時30分～17時）

毎月、子どもたちが興味を持つような行事をたくさん行っています。
詳細については、各館にお問い合わせください。



新生	北8条東7	☎711-1339	東苗穂	東苗穂5-2	☎786-3191
栄西	北46条東5	☎752-8363	元町	北21条東18	☎784-6664
北栄	北30条東6	☎711-3755	伏古	伏古10-3	☎782-5620
北光	北18条東5	☎753-6353	札苗	東苗穂9-3	☎791-5200
元町南	北16条東16	☎785-6148	丘珠たから	北35条東23	☎784-8095
ひのまる	北38条東9	☎752-1551	丘珠ひばり	北丘珠4-1	☎785-6137
苗穂	苗穂町5	☎711-8433	※全館で中学・高校生の夜間利用可能		

表中の記号の見方

直接会場＝当日直接参加するもの

先着＝先着順

要申込＝事前申し込みが必要なもの

抽選＝多数時抽選

区内各施設の講座など

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中高生を除く）です。

元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841 <http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/motomati/motomati.html>

〔その他〕①4/19（金）「かくれんぼどっち」、5/4（祝）「ぐりとぐらのえんそく」

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
①おはなし会	4/19（金）・5/4（祝）11時～12時	無料	直接会場	〔対象〕幼児以上 ※幼児は保護者同伴
おもちゃの無料修理	5/1（水）13時～16時	無料	直接会場	修理が必要なおもちゃを持参

広告

自転車に乗りながらの携帯電話の使用は大変危険です。絶対にやめましょう。



東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/higashi-gym/index.html>

〔申込〕申込期間の9時～20時に電話または直接窓口で申し込み。詳細については、東区体育館にお問い合わせください。

※受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります（一般390円、高齢者（65歳以上）130円、高校生230円）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
ワンタイム ONE TIME グループテニス	5/10・17・24・31(金) 13時15分～14時45分	受講料 5,600円	要申込 先着 各日1組	〔申込〕4/15(月)～開講日 〔対象〕16歳以上 2～4人のグループ

東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 http://www.higashi-kumin.jp/pc_web/top_top.html

〔申込〕①②は申込期間の10時～17時に電話または直接窓口で申し込み。定員を超えた場合は①4/24(水)、②4/30(火)に公開抽選。定員に満たない場合は、以降10時～17時に電話または直接窓口で申し込み（先着順）。

③東区民センター窓口で入場券販売中。

〔その他〕①iPadは2人で1台の使用となります。②大人だけの参加も可。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
①はじめての iPad 入門講座 アイパッド	5/8(水)、9(木)、10(金)、13(月)、14(火) 14時～16時（全5回）	受講料 3,800円 教材費 1,800円	要申込 抽選 20人	4/12(金)～23(火)
②親子で美術館に出かけよう ～いわさきちひろ展の解説と鑑賞～	5/11(土)10時45分～13時	無料（観覧料は各自負担）	要申込 抽選 30人	4/29(木)まで 〔対象〕小学生以上のお子さん と保護者
③東区民センター2013 さつき 皐月コンサート	5/18(土)14時（13時30分開場）	入場料 500円	200人	販売中 〔出演〕北海道交響楽団

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www4.ocn.ne.jp/~fushiko/>

〔その他〕後半は小学生向けプログラムも用意しています。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
絵本の読み聞かせの会	4/17・24・5/1・8(水) 15時～16時ころ	無料	直接会場	〔対象〕幼児以上 (幼児は保護者同伴)

栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.sakae-center.com/>

〔申込〕①②③申込日の9時～17時に電話で受け付け、翌日9時に受講者を決定。定員を超えた場合は抽選、結果は電話で通知。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け（先着順）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
お話の扉（朗読） 約束の夏より「鎮江山の桜」ほか ちんこうざん さくら	4/27(土)11時～12時	無料	直接会場	〔対象〕小学生以上
①スッキリ改善！暮らし快適♪ 整理収納講座	5/27・6/10・24・7/8(月) 10時～11時30分（全4回）	受講料 2,500円 教材費 200円	要申込 抽選 12人	5/7(火)
②親子で楽しむ★ はじめてのベビーサイン	6/1・15・29(土)（全3回） 10時30分～12時	受講料 1,800円	要申込 抽選 12組 (24人)	5/7(火) 〔対象〕生後6カ月～1歳半 のお子さんと保護者
③お家でできる♪ 簡単リンパマッサージ アンド (ハンド＆フット)	④6/5(水)10時～12時 ⑤6/7(金)18時30分～20時30分	受講料 700円 教材費 300円	要申込 抽選 各12人	5/10(金) ※④⑤重複して申し込むことはできません

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.nh-chikucen.com/>

〔申込〕①②③④申込日の10時～17時に電話または窓口で受け付け。④翌日9時に受講者を決定。定員を超えた場合は抽選、受講が決定した方のみ電話で通知。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け（先着順）。

〔その他〕「たのしいおはなし会」(4/24(水)11時～)を開催。直接会場へお越しください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
①歌声サロン	④4/11・18(木)13時30分～15時 ⑤4/25(木)13時30分～15時	④各800円 ⑤200円	要申込 先着 20人	募集中
②ヘルスアップフェア健康講話 前立腺の病気あれこれ	4/12(金)14時～15時	無料	要申込 先着 20人	募集中 〔講師〕勤医協中央病院泌尿 器科専任看護師
③Let's Enjoy ☆ ベビースキンシップ レッツ エンジョイ	5/9・6/13・7/11(木)（全3回） 10時30分～11時20分	受講料 500円	要申込 先着 15組	4/17(水) 〔対象〕生後6カ月～1歳半 のお子さんと保護者
④ベストカラーアドバイス & 基本のメイクレッスン アンド	5/30・6/6・13・20(木)（全4回） 10時～12時	教材費 2,100円	要申込 抽選 10人	4/23(火) 自分を魅せる色とメイクが 見つかる!!





東区スポーツ推進委員会 会長 向井 一洋 さん



①モエレ山爆走そり大会の様子
②モエレ山爆走そり大会での向井さん
(※①、②ともに今年行われた大会の様子)

まちづくりに励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。今月は東区スポーツ推進委員会会長の向井一洋さんをご紹介します。

見て、滑って楽しい
モエレ山爆走そり大会

地域のスポーツ振興推進を目的とするスポーツ推進委員会の向井さんは、モエレ沼公園で行われる「モエレ山爆走そり大会」で、大会の実行委員長を務めています。

「この大会が誕生したきっかけは、モエレ山を使った冬のイベントを検討していた時に幕別町のそり大会がヒントとなって、より気軽に参加しやすいようにしたものがモエレ山爆走そり大会なんです」と向井さんは語ります。

回を重ねるごとに参加者が増え、札幌市外からも多数の参加があり東区の冬の定番イベントになっていきます。

「親子連れなどで気軽に参加して、そり作りと実際の滑りを楽しみ、そして皆さんには手作りのそりが滑走するのを見て楽しんでいただきたいと思います。また、東区グラウンドゴルフ大会や東区民登山会など他の行事にもご参加をお待ちしております」と笑顔を見せる向井さん、今後の一層のご活躍を期待します。



いきいき!!タッピー健康ライフ
～トレーニングで脳を活性化!～

《頭のトレーニングで脳を活性化すると認知症予防にも》

頭を積極的に使うことは、脳の働きを活性化し、認知症などを防ぎ、介護予防にも役立ちます。

◆効果的な脳トレーニング①

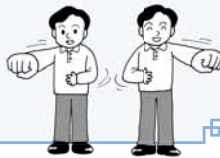
- 簡単な計算問題を素早く解く～脳の広い範囲が活発に働きます。
- 文字を書く、音読する～手を使ったり、声を出すことで脳がよく働きます。
- パズルを解く～楽しみながらパズルを解くことは、脳に良い刺激を与えます。

◆効果的な脳トレーニング②

- 塗り絵や粘土細工、陶芸～芸術性の高い作業は、脳への効果的な刺激を与えます。
- 折り紙～指先を使うため、常に脳に刺激を与えます。
- 料理～複数の作業を同時に行い、刃物の扱いに神経が集中するため、脳がよく働きます。

◆身体を使って脳トレーニング (拮抗体操)

- 左右や前後、上下で拮抗的な運動をすることで脳の活性化を図ります。
- ①右イラストを参考に両腕を交互に前へ突き出す。
- ②前がグー、胸がパー (10～20回)。
- ③前がグー、胸がチョキなど種類を変え、テンポに変化をつけると効果的です。



雪解けとともに、活発に身体を動かす季節の始まりですね。今回ご紹介する脳トレで脳を活性化させて、待ちに待った春の日々を元気に過ごしませんか。



【脳のトレーニングを
やってみましょう!】

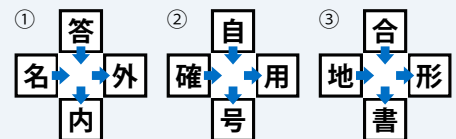
問 1

次のかな計算をして数字で答えてください。

- ①さんじゅうしちたすじゅうはちくじゅう＝
②はちじゅうさんひくしちじゅうごたすはち＝

問 2

空欄に漢字を入れ2文字の熟語を完成させてください。



※資料提供：東区介護予防センターなえぼ
【詳細】保健福祉課保健支援係 ☎741-2465

図⑤ 昌② 孝① 7 留 91② 54① 1 留 【と景】

