

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:641-6925 Fax:641-2405

2013年  
9月

◆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11時～

◆西区協力番組「西区まちづくり最前線」  
同局毎週火曜日11時～

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

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ご意見をお寄せください。  
はがき、ファクスまたは西区ホームページの  
「ご意見・ご要望」フォームをご利用ください。



西区エコキャラクター  
さんかくやまべ



7/31

### 勇気ある行動に敬意を表して

今年5月に区内で心筋梗塞で倒れた男性に、適切な応急処置を行い、人命救助に貢献したとして、<sup>はやししろうぞう</sup>林省三さん、<sup>いしい</sup>飯田敏行さん、<sup>はらやすのり</sup>原靖教さん、40代男性（匿名希望）が西消防署長から表彰され、感謝状と記念品が贈呈されました。



7/31

### どんな作品ができるかな？

子どもたちが、プロの芸術家と芸術作品作りに挑戦する「こども・あーと・にしく」が初めて開催され、画家で彫刻家のダム・ダン・ライさんの指導の下、流木にさまざまな色を塗って「流木アート」を作り上げました。



8/3

### 水車のあるまち西野

昭和会館（西野6-3）で、稲作が盛んだった西野地区のシンボル、水車にちなんだ「水車まつり」が初めて開催されました。西区を代表する伝統芸能「福井ばやし」の披露、水車をイメージしたアート作品作りが行われました。



8/6

### 青空の下で一緒に遊ぼう！

西野グリーン公園（西野3-3）で、子どもとの触れ合いを通じて、地域住民に子育て支援を考えてもらう「うきうき♪サマーパーク」が開催されました。会場には高校生の姿も見られ、子どもと一緒に水遊びや的当てなどで遊びました。

腰掛けるようにゆっくり腰を落とす

# スクワット

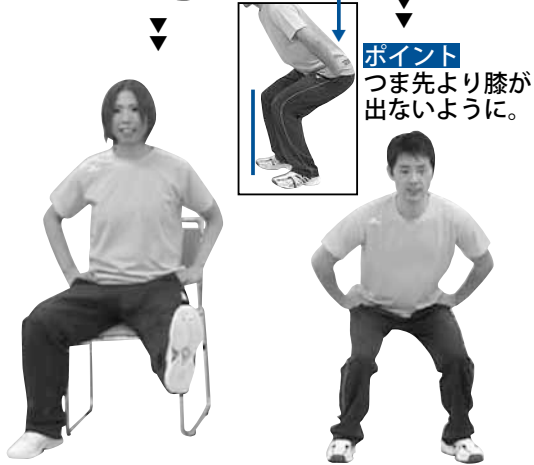
ココに効く!!!

太もも・太ももの裏・お尻・背中



### ポイント

太ももに力を入れて。



### ポイント

つま先より膝が出ないように。

# 西 | 区 | 介 | 護 | 予 | 防 | 体 | 操 エコロコ! やまべエ誰でも体操

年を取ると体の機能などが低下してくるのは仕方がないと思いませんか？

年のせいだからと諦めて体を動かさない状態が続くと、筋力が低下したり関節が固くなって体を動かしづらくなる可能性があります。そうならないためにも、普段から無理のない運動によって体の機能を維持することが大切です。

「体操を覚えたい」「地域の催しで体操をしたい」など希望の場合は、まずは気軽に問い合わせする  
タニ〜!

西区エコキャラクター  
さんかくやまべエ

今月は、西区で考案された札幌市初の介護予防体操について、その一部を紹介しますので一緒に体を動かしてみませんか？



この特集に関する問い合わせは、  
西区保健福祉課保健支援係 ☎ 641-6946

HP <http://www.city.sapporo.jp/nishi/bu-oshirase/ecoroco-yamabe.html>

## 介護予防体操「エコロコ!やまべエ誰でも体操」とは?

「エコロコ!やまべエ誰でも体操」は、寝たきりや閉じこもりの要因になる足腰の筋力低下に着目し、誰でも気軽に、そして愛着を持って実践できるよう考えられた体操です。

体操の名称である「エコロコ」は、「エコ」は環境推進区である西区にちなみエコロジーから、「ロコ」はロコモティブシンドローム(運動器症候群)\*を予防するということから名付けられています。

\*ロコモティブシンドローム(運動器症候群)…骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰え、介護が必要になったり、寝たきりになる可能性が高くなる状態。

## この体操の特徴は?

- ① 7分間の体操の中に、転倒予防につながるストレッチやバランス感覚の向上、筋力トレーニングの要素を盛り込んでいます。
- ② 足腰の弱い方でも行えるよう、座ったままでできる体操も一緒に作りました。
- ③ 西区は「コトニジャズ」などジャズになじみがあるため、体操の音楽にジャズの要素を取り入れています。
- ④ 介護予防センター西町や区民と共に、1年にわたり検討を重ねて平成24年度末に完成しました。



体操の原案を作成した、  
介護予防センター西町の  
菊地伸センター長

## 監修者 から 一言

頭も体も、使わなければ衰えますが、使えば高齢者でもしっかりと発達します。運動するときは、脚を鍛えることを心掛けましょう。その点で、この体操はとても有効です。また、地域の方々と作成した体操なので、地域で活用してもらいたと思います。地域に関わることは、実は、自身の心身の老化予防につながるのです。

体操を監修した古名丈人・札幌医科大学教授



区民が参加し、4回も会議を開催したよ!



まるやまべエ



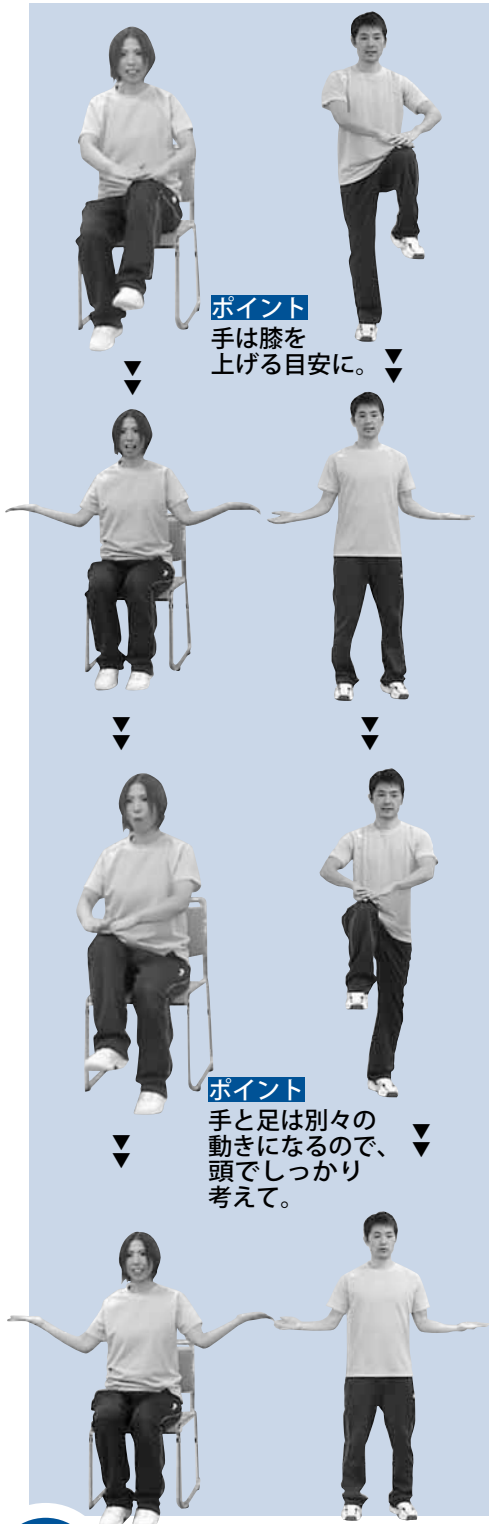
▲ワーキンググループによる会議の様子



片足でバランスを取りながら  
**膝上げ**

ココに効く！！

股関節・太もも



**ポイント**

手は膝を上げる目安に。

**ポイント**

手と足は別々の動きになるので、頭でしっかり考えて。

踏んではいけないものを越えるように  
**前一步**

ココに効く！！

太もも・お尻・太ももの裏



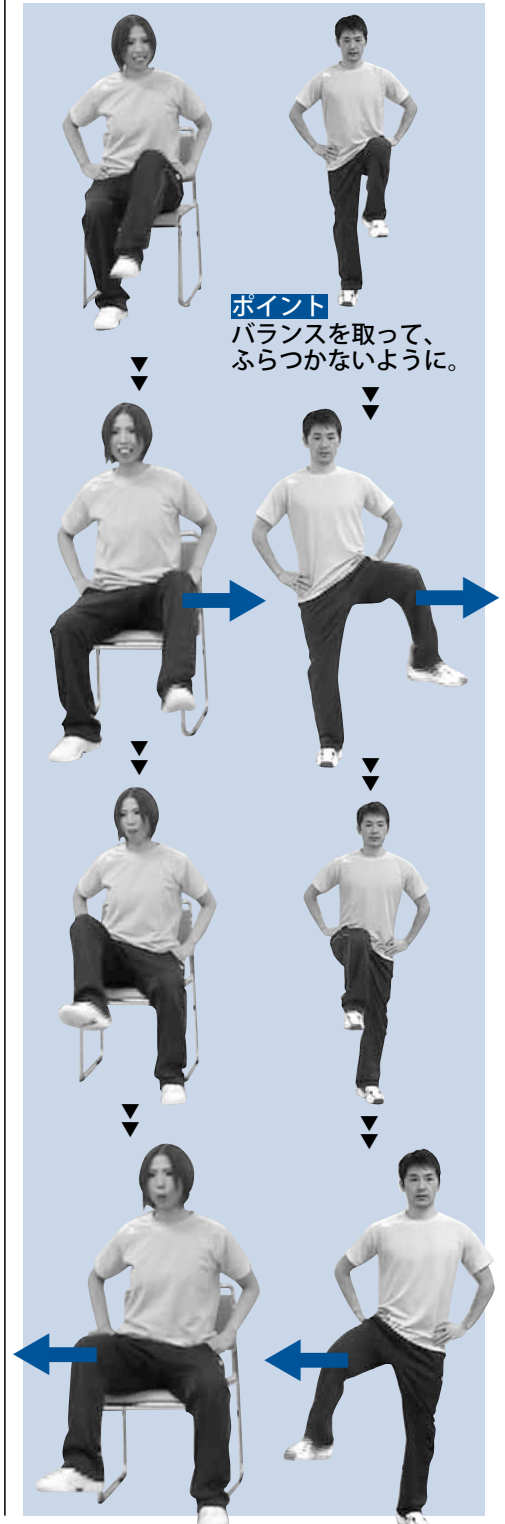
**ポイント**

体重をしっかりと前にのせて。

お風呂の浴槽をまたぐように  
**膝まわし**

ココに効く！！

お尻・太もも・股関節



**ポイント**

バランスを取って、ふらつかないように。

参加者の声

この体操は、「スクワット」が多くて脚に効きますね。また、「膝まわし」の動作は、他の体操にはあまり見られないですが、日常生活に必要な動作だと思います。

手と足を別々に動かさなければならぬので、頭のトレーニングにもなりました。ゆっくりとした動きでつらくありませんので、皆さんも一緒にやりましょう！



オリジナルTシャツを着て体操に参加した佐藤千恵さん



▲7月14日の五天山公園ふれあい夏祭りで、地域の方により披露された様子

▼「西町・コンサ通りまちづくり実行委員会」の協力により、6月8日 YOSAKOIソーラン祭りの白い恋人パーク会場で披露した様子



白い恋人祭り SHIROI KOIBITO PARK



9月11日からの内容です

さんかくやまべから  
今月の一言!

西区で考案されたオリジナルの介護予防体操ができたダニ！足腰の弱い方でも、無理なくできるので、体操を楽しみながら体を動かしてみようダニ！



詳細については、区版2〜3ページの特集を見るワレ！

第41回西区女性のついで

**内容** 講演会、食生活改善コーナー、花展<sup>※</sup>。西区男女共同参画事業として、映画上映会も同時開催。  
**日時** 10月4日(金)10時〜15時30分。  
**会場** 西区民センター。  
**定員** 500人。  
**費用** 9月17日(火)から左記にて販売する500円の入場券(弁当付き)が必要。  
**詳細** 西区女性のついで実行委員会事務局(西区地域振興課内)TEL(641)6926



第39回西区みんなであそびマラソン大会

**日時** 10月14日(祝)。受付11時30分。開会式10時。スタート11時20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** ①チャレンジコース5キロ(中学生以上)②ハッスルコース3キロ(小学生以上)③マイペースコース1キロ。  
※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またはその家族。  
**費用** 無料。  
**申込** 大会当日に申込書を会場で提出。申込書は9月17日(火)から西区民センター、区内各地区センター、各まちづくりセンター、各児童会館、農試公園ツインキャップ、西区体育館、山の手図書館、左記にて配布するほか、当日会場にもあります。

**詳細** 西区地域振興課TEL(641)6926

子育て支援係子育て講座

**テーマ** 「心あたたまるわらべうた」子育てにわらべうたをうたを体験してみませんか。  
**内容** 親子で楽しめる「わらべうた」を体験してみませんか。  
**講師** 北海道音楽教育の会保育士 岩本ふみ子さん。  
**日時** 10月10日(木)14時〜15時30分。  
**会場** 西区民センター2階。  
**定員・費用** 20人。無料。  
**対象** 0歳〜就学前までの子どもを育てている保護者。 ※託児あり。

**申込** 9月18日(水)9時から電話で。先着順。  
**その他** 受講は、年1回のみ。「楽しい子育て」をテーマに、来年1月にも開催予定。  
**申込先・詳細** 西区健康・子ども課子育て支援係TEL(641)

6954

ちあふる・にし子育て講座

▽「ついで」看護編(健康について)  
**内容** 急な発熱や嘔吐、下痢の対処法など健康に関する事を分かりやすくアドバイス。  
**講師** 西区保育・子育て支援センター 看護師。  
**日時** 9月25日(水)10時15分〜11時15分。  
**対象** 0歳〜就学前までの子どもとその保護者。  
**定員・費用** 20人。無料。  
**申込** 9月11日(水)から直接来所か電話で。先着順。受付時間は9時〜17時(初日のみ10時から。日曜・祝日を除く)。  
▽「DVDと絵本どっちがいい?」  
**内容** 絵本の良さや楽しさ、魅力についての話。  
**講師** 児童図書館相談士 宇野ちとせさん。  
**日時** 10月17日(木)10時30分〜11時30分。  
**対象** 0歳〜就学前までの子どもとその保護者。  
**定員・費用** 15人。無料。  
**申込** 10月3日(木)から直接来所か電話で。先着順。受付時間は9時〜17時(初日のみ10時から。日曜・祝日を除く)。  
**申込先・詳細** 西区保育子育て支援センター「ちあふる・にし」子育て支援担当TEL(613)7882

10月17日(木)10時30分〜11時30分。  
**対象** 0歳〜就学前までの子どもとその保護者。  
**定員・費用** 15人。無料。  
**申込** 10月3日(木)から直接来所か電話で。先着順。受付時間は9時〜17時(初日のみ10時から。日曜・祝日を除く)。  
**申込先・詳細** 西区保育子育て支援センター「ちあふる・にし」子育て支援担当TEL(613)7882

西区内の主な施設

西区役所関係

- ・西区役所(代表) …… TEL641-2400(琴似2-7)
- ・西区土木センター …… TEL667-3201(西野290)
- ・西保健センター …… TEL621-4241(琴似2-7)
- ・西区民センター …… TEL641-4791(琴似2-7)
- ・西野地区センター …… TEL666-5550(西野4-2)
- ・はっさむ地区センター …… TEL662-8411(発寒10-4)
- ・はちけん地区センター …… TEL611-0966(八軒6西2)

まちづくりセンター

- ・八軒 …… TEL611-2221(八軒1西1)
- ・琴似二十四軒 …… TEL621-2508(琴似2-7)
- ・西町 …… TEL661-2591(西町北6)
- ・発寒北 …… TEL661-6262(発寒12-4)
- ・西野 …… TEL663-0360(西野6-3)
- ・山の手 …… TEL613-1929(山の手3-7)
- ・発寒 …… TEL664-6411(発寒5-3)
- ・八軒中央 …… TEL615-9588(八軒6西2)

その他の機関

- ・西部市税事務所(納税課) TEL618-3912(琴似3-1)
- ・山の手図書館 …… TEL644-6822(山の手4-2)
- ・西健康づくりセンター TEL618-8700(八軒1西1)
- ・西区体育館・温水プール TEL662-2149(発寒5-8)
- ・西区保育・子育て支援センター ちあふる・にし …… TEL621-1496(二十四軒3-5)
- ・西清掃事務所 …… TEL664-0053(発寒15-14)
- ・西消防署 …… TEL667-2100(発寒10-4)
- ・西区社会福祉協議会 …… TEL641-6996(琴似2-7)
- ・西老人福祉センター ぬくもり …… TEL641-4001(二十四軒4-3)



# 西区からのお知らせ

《西区の人口数・世帯数》 ※平成25年8月1日現在。( )内は前月比  
 人口/211,199人(+118) 男 97,526人(+62) 女 113,673人(+56)  
 世帯数/98,432世帯(+24)

## 住民集団健康診査

～生活習慣病などの予防のために健診を受けましょう～

### ●内容(対象者)

- ① 特定健康診査(とくとく健診。年度内に40歳以上の国民健康保険に加入の市民)
  - ② 後期高齢者健康診査(後期高齢者医療制度に加入の市民)
  - ③ 胸部X線検査(健診日に40歳以上の市民)
  - ④ 肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない市民)
- ※①②は、健康診査の受診券と健康保険証を必ず持参。前年度の健診結果をお持ちの方は持参。ほかの健康保険に加入の方の受診の可否は、保険証に記載されている保険者にお問い合わせください。③は年齢を確認できるものを持参。
- ※健診内容の詳細、費用、生活保護・支援給付世帯の方はお問い合わせください。

### ●日時・会場 ※10月11日以降の日時・会場は来月号以降に掲載します。

月日	受付時間	会場
9月18日(水)	10時～11時	福井清流会館(福井9)
	13時30分～15時	西区民センター(琴似2-7)
9月19日(木)	9時30分～11時	西野福祉会館(西野3-2)
9月20日(金)	9時30分～11時	二十四軒会館(二十四軒3-4)
9月24日(火)	9時30分～11時	平和第二会館(平和2-8)
10月8日(火)	13時30分～15時	昭和会館(西野6-3)

【詳細】西保健センター TEL 621-4241

## 福祉除雪ボランティア



**内容** 高齢者、身体に障がいのある方のためのボランティア除雪。

**期間** 12月1日(日)～平成26年3月25日(火)。

**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2万円(1千円(1シーブンを)を支給)。

**申込** 10月31日(木)までに電話かファクス(氏名、住所)

電話番号、年齢を記入)で。  
**【申込先・詳細】** 西区社会福祉協議会  
 TEL(641)6996、FAX(611)6620

## 生ごみ堆肥化セミナー

**内容** 家庭から排出される生ごみを段ボール箱の中で堆肥化する方法を伝授。参加者全員に生ごみ堆肥化セット(段ボール箱と基材)を無料進呈。

**日時** 9月30日(月)13時30分～15時。

**会場** 西野地区センター。

**定員** 50人。

**費用** 無料。  
**申込** 9月28日(土)までに電話(日曜・祝日を除く10時～16時)、ファクスかEメール

(日時、会場名、住所、氏名、電話番号を記入)で。先着順。  
**【申込先・詳細】** 生ごみ堆肥化相談窓口TEL・FAX(621)5318、Eメール Kitagomi@alles.or.jp

## 国民健康保険料

### 夜間納付相談

**相談日時** 9月26日(木)、27日(金)17時30分～20時。

**会場** 西区役所3階④番窓口(庁舎北側職員通用口からお入りください)。

**対象** 平成25年中の収入が平成24年中より激減したため平成25年度保険料の納付が困難な方。

**持ち物** 印鑑、納付通知書、平成25年1月以降の世帯全員の収入明細など、資産が分かる書類(必須)。  
**【詳細】** 西区保険年金課TEL(641)6978

## 西保健センターから

### ▽第6回西区ウオーキング

**内容** 西区民センター前の屯田の森を出発し、琴似・八軒地区を巡るウオーキング。Aコース15キロ、Bコース11キロ、Cコース8キロ地区内を個人で自由に歩く。※Cコースはスタッフによる先導はありません。  
**日時** 10月5日(土)9時15分

(11時30分受付19時)。  
 ※少雨決行。雨天時の開催有無については、開催当日の8時以降に市コールセンターまで確認してください。

### 集合場所

屯田の森(琴似2-7)。  
**対象** 西区在住で、いずれかのコースを自力で歩ける方。

**定員・費用** 200人。無料。

**持ち物** 水、タオル、帽子。希望者にノルディックウオーキング用ポールを貸し出します(申込時先着15人)。※歩きやすい靴でご参加ください。

**申込** 9月11日(水)～26日(木)に電話で。先着順。  
**申込先** 市コールセンター

TEL(22)4894

### ▽食育講演会

**内容** 食の大切さや望ましい食生活についての講話。

**講師** NPO法人「のこたべ」栄養士・のこたべ子どもごはん研究家 能戸英里さん。

**日時** 9月24日(火)13時30分～15時。  
**会場** 西保健センター2階。

**対象** 西区在住の方。特に子育て中の保護者。※託児あり(未就学児先着10人)。

**定員・費用** 60人。無料。

**申込** 9月11日(水)～19日(木)に電話で。先着順。

**申込先** 市コールセンター  
 TEL(22)4894

**【詳細】** 西保健センターTEL(621)4241

広告

## 山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会

日時 9月17日、24日、10月1日、8日の火曜。いずれも15時～15時30分。

▽たのしいおはなし会

日時・内容 9月21日(土)14時～14時20分Ⅱ「おかあさんのたんじょうび」<sup>ほ</sup>。

▽小学生のためのおはなし会

日時・内容 9月21日(土)14時30分～15時Ⅱ「三枚の鳥の羽」<sup>ほ</sup>。

▽定期休館日 9月11日、25日、10月9日の水曜。

【詳細】 山の手図書館Ⅷ(644)6822

## 農試公園から

▽のうし秋まつり

内容 ネーチャークラフトコーナーやたこ作製コーナーのほか、段ボール迷路、野菜の直売市など。順延なし。

※参加料が必要なコーナーあり。

日時 9月21日(土)～22日(日)。

共に10時30分～15時。

会場 農試公園(八軒5西6)。

▽ノルディックウォーキング

内容 ノルディックウォーキングの主旨、用具を使った基本歩行などを学びます。

※用具の貸し出しあり。

日時 9月21日(土)10時～12時。

対象 ノルディックウォーキー

ングの用具を使える年齢の方

定員 20人。

費用 200円。

申込 9月11日(水)～17日

(火)に直接来所か電話で。

【申込先・詳細】 農試公園管理事務所

(八軒5西6)Ⅷ(615)3680

## 西温水プール スイムフェスタ

内容 小学生から大人まで、泳げない方でもみんなで楽しめるプールの運動会。

日時 10月20日(日)12時～15時

対象 小学生以上の方。1チーム5人。

定員 30チーム。

費用 1チーム2千5百円。

申込 9月17日(火)～29日

(日)9時～20時に参加料を添えて直接来館で。先着順。

【申込先・詳細】 西区体育館・温水

プールⅧ(602)2149

## 西健康づくりセンターから

①敬老の日特別開館～65歳以上の方は施設利用料無料。

内容 運動フロア開放、自由参加プログラム、各種体力測定、屋外ウォーキング<sup>ほ</sup>。

日時 9月16日(祝)9時～14時

持ち物 上靴、65歳以上の方は年齢を証明できるもの。

②高齢者のための筋トレ教室

内容 体力の維持・向上、日

常の身体動作の改善について学びます。

日時 10月3日～12月19日の

木曜。13時30分～15時。全12回。

対象 体力低下が気になる方。

定員・費用 16人。7千100円。

③ナイトフィットネス11

内容 「肥満予防」体力維持・増進」を目的とし、全身の筋

力トレーニングを行います。

日時 10月5日～12月21日の

土曜。19時15分～20時15分。全11回。

## 環境の取り組み in 西区

このコーナーでは、環境活動に取り組む西区内の企業・団体をご紹介します。

### 今月は「大成ロテック株式会社」!

会社周辺のごみ拾いや違反広告物の撤去のほか、夏場は打ち水を行っています。

西区福井に社屋を構えて40年になるので、地域に貢献したいと思い、2年前から会社周辺1.3kmの清掃を始めました。暑い日が続くので、昨年からは、打ち水も行っていますよ。



▲毎回総員30人程で、五天山公園の前の道路を清掃しています。

大成ロテック株式会社  
北海道支社  
道央事業所事業所長  
なかわら まさる  
中村 勝さん



対象 18歳以上の方。

定員・費用 33人。5千400円。

④からだ楽々ロコモ予防体操

内容 ストレッチ、筋トレなどを

を行い、主に下肢の筋力や柔軟性の低下を予防し、機能

の維持を目指します。

日時 10月12日～11月2日の

土曜。15時30分～16時30分。

全4回。

対象 高齢者または運動不足の方。

定員 30人。

費用 2千100円。

広告

広告

**申込** ①不要。直接会場へ。  
 ②③9月3日(火)～21日(土)  
 ④9月10日(火)～27日(金)に  
 直接来館かほかき、フアックス  
 またはEメールで。ほかき、  
 フアックス、Eメールは講座名、  
 曜日、住所、氏名、振り仮名、  
 性別、年齢、生年月日、電話  
 番号を記入で。多数時抽選。  
**申込先・詳細** 西健康づくりセン  
 ターTEL(618)8700、FAX(618)  
 8704、Eメール west-  
 school@shsf.jp

## はっさむ地区センター講座

**内容** 下表の通り。

**申込** 9月11日(水)9時～17  
 時に電話で。先着順。

**申込先・詳細** はっさむ地区セン  
 ターTEL(662)8411

## はちけん地区センター講座

**内容** 下表の通り。

**対象** 西区在住の方。

### ■はっさむ地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
おうちでかんたん♪ リンパマッサージ	9月26日(木) 全1回	①午前の部 10時～11時30分 ②夜間の部 18時30分～20時 のいずれか	各 16人	各 1,000円

### ■はちけん地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
①タイの家庭料理	10月3日(木) 全1回	10時～12時30分	17人	1,800円 (材料費含)
②大人のための ラジオ体操講座	10月22日(火) 全1回	10時～12時	30人	300円

**申込** ①9月11日(水)②9月  
 21日(土)から費用を添えて直  
 接来館で。先着順。  
**申込先・詳細** はちけん地区セン  
 ターTEL(611)0966

## エスポラーダ北海道公式戦ご招待! ～西区民応援デー～

札幌を本拠地とするフットサルクラブ「エスポラーダ北海道」のホームゲームに、西区にお住まいの方20組40人(A自由席)をご招待します。たくさんのご応募をお待ちしています。

**日時** 11月2日(土)13時試合開始(11時30分開場)(対湘南ベルマーレ戦)。

**会場** 真駒内セキスイハイムアイスアリーナ(南区真駒内公園1-1)。

**申込方法** 往復ほかきに観戦希望者(2人1組)の代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、宛先(返信ほかき)を記入の上、下記申込先に送付。1組につき1通のみ有効。多数時抽選。結果は返信ほかきでお知らせします。

**申込期限** 9月30日(月)当日消印有効。

**その他** 応募者の個人情報、一般社団法人エスポラーダ北海道スポーツクラブが適切に管理し、抽選および返信ほかきの発送以外には使用しません。

**申込先・詳細** 〒060-0001  
 中央区北1条西4丁目2-2  
 札幌ノースプラザ6階  
 エスポラーダ北海道 西区民応援デー係  
 TEL 206-4285

知ってる?  
フットサル

フットサルは、1チーム5人で行うサッカーに似た屋内競技です。エスポラーダ北海道は、道産子選手が多数を占める北海道生まれのチームで、国内トップリーグである日本フットサルリーグ(通称「Fリーグ」)に参戦中です。ゴールシーンも多くスピード感溢れるフットサルを、ぜひ会場でご観戦ください。





KOTONI JAZZ BOSSA  
コトニジャズ  
ボッサ



観覧料  
無



地下鉄琴似駅で開催する  
ジャズライブです。  
15回目となる今回のテーマは  
ボサノバ。

誰もが一度は耳にしたことのある、  
ボサノバの名曲を中心に演奏します。  
琴似でボサノバの生演奏を楽しみませんか？

日時 9月25日(水)18時～19時。  
会場 地下鉄琴似駅中央改札口前。  
出演 コパドイス  
Copa Dois  
とびさわりょういち (ギター・飛澤良一、こだま ボーカル・児玉しほ)。  
曲目 「イパネマの娘」、「コルコバード」、「波」ほか。

詳細 西区地域振興課 TEL 641-6926



Kotoni  
Classic

2013.9.11Wed

START 18:15～

▲札幌コンサートマスター  
大平まゆみ

ボリウム  
コトニクラシック Vol. 3 観覧無料

地下鉄琴似駅で開催する、無料のクラシックコンサートです。  
札幌交響楽団コンサートマスターの大平まゆみと、  
ピアニストの今井徳子が出演します。  
今回は「シネマ クラシクス」と銘打ち、  
映画の中で流れたクラシック曲を中心に演奏します。

日時 9月11日(水)18時15分～18時45分。  
会場 地下鉄琴似駅中央改札口前。  
出演 おおひら 大平まゆみ (バイオリン)、いまい なるこ 今井徳子 (キーボード)。  
曲目 タイタニック「愛のテーマ」、シンドラーのリスト「メーンテーマ」ほか。

詳細 西区地域振興課 TEL 641-6926

西区子ども自然学校 in AUTUMN

内容 草や木などの自然を生かしたさまざまなゲームをして、秋の五天山公園を満喫するイベントです。  
棒に巻いたパンを炭火で焼く、棒パン焼きにも挑戦！

日時 10月6日(日)9時～14時。  
会場 五天山公園(福井423)。  
※西区役所に集合し、バスで移動。  
対象 西区在住の小学1～6年生。  
定員・費用 20人。無料。

申込 9月24日(火)(必着)までにはがきまたはファクス(郵便番号、住所、氏名、振り仮名、電話番号、学校名、学年記入)で。多数時抽選。  
結果は9月27日(金)ごろに郵送で通知。

申込先・詳細 西区地域振興課(〒063-8612 琴似2-7)  
TEL 641-6926 FAX 641-2455

参加者  
募集中ダニ！



五天山公園で遊ぼう！



広告