

しろいし 区民のページ

2013年9月号

編集

白石区総務企画課広聴係
〒003-8612
札幌市白石区本郷通3丁目北
TEL 861-2410 FAX 860-5236



白石区役所ホームページ おもしろいしWEB
www.city.sapporo.jp/shiroishi/

特集 人生にボランティアという
スパイスを

第5回 しろいしな風景 写真コンテスト作品募集中!

詳しくは、区総務企画課広聴係と区内各まちづくりセンターなどで配布中の募集チラシか区役所ホームページをご覧ください。

【テーマ】シャッターチャンス! ~私が
見つけた、とっておきの白石

10月4日(金)
締め切り!



第4回コンテスト応募作品「コスモスの向こう JR白石駅」▶
撮影者：中山 実さん 撮影場所：JR白石駅



街かど掲示板

北東白石地区介護予防講座

【内容】体力測定、健康チェック、運動の実技など。介護予防についての寸劇もあります。

【日時】9月13日(金)13時~15時20分

【会場】東川下町内会東川下記念会館
(川下3条5丁目)

【問い合わせ先】介護予防センター川下 ☎875-6810 **無料**

北白石地区健康づくり教室

◎こもれびの北郷緑道ウォーキング

【内容】北郷緑道周辺を歩きます。

【日時】9月18日(水)10時~11時30分

【会場】北郷瑞穂会館(北郷8条9丁目)ほか

◎講演「より良い老年を過ごすために」

【内容】糖尿病について内科の医師が講演します。

【日時】10月9日(水)13時30分~15時

【会場】北郷東会館(北郷3条6丁目)

※いずれも北白石地区にお住まいの方が対象。

【問い合わせ先】北白石連合町内会事務局 ☎874-0293
要申込 各開催日の前日まで **無料**

東白石地区サイクリングロードウォーキング

【内容】約6kmのコースを歩きます。東白石地区にお住まいの方などが対象。

【日時】9月24日(火)9時30分~12時

【会場】万生公園(南郷通8丁目南)集合

【問い合わせ先】白石保健センター ☎862-1881
要申込 9月20日(金)まで **無料**

地域の団体が9月11日以降に実施するイベントの情報です!! 参加方法などの詳細は、各問い合わせ先へお尋ねください。

白石東地区健康まつり

【内容】体操や体力測定、口腔チェックなど。白石東地区にお住まいの方が対象。

【日時】9月27日(金)13時30分~15時30分

【会場】白石東地区センター(本通16丁目南)
※上履きをお持ちください。

【問い合わせ先】介護予防センター本通 ☎861-6110 **無料**

まちづくりふれあい愛音楽会

【内容】白石地区の小中学生などによる楽しい音楽会です。白石中学校吹奏楽部ほか出演。

【日時】10月5日(土)9時30分~12時20分

【会場】白石中学校(本郷通6丁目南)
※上履きをお持ちください。駐車不可。

【問い合わせ先】白石まちづくりセンター ☎861-8270 **無料**

白石地区認知症講座

【内容】認知症の予防や治療、介護などについての講演を行います。

【日時】10月10日(木)14時~15時30分

【会場】白石会館(本通1丁目南)

【問い合わせ先】白石区第1地域包括支援センター
☎864-4614 **無料**

掲載を希望する場合は、区総務企画課広聴係にご相談ください。多くの情報を掲載するため、掲載項目は、原則として「タイトル」「簡単な内容」「日時」「会場」「問い合わせ先」とさせていただきます。



おもちゃ病院ピーポー

壊れたおもちゃなどを修理します。子どもたちに物を大切にする心を育ててもらおうと発足。現在男性8人と女性2人で活動中です。

活動場所 白石区民センター

活動日 毎週水曜

お問い合わせ 白石区社会福祉協議会(白石4ページ)

ながい れいじ

永井 玲二さんの **はなし**

それぞれの得意分野を生かし、修理を行います。最近では、電気製品の困り事相談を受けることも。私たちの活動が、親子の会話を生んだり、絆を育む場として役立ったりしていると感じ、とてもやりがいがあります。皆さんの喜ぶ顔を見るのが何よりうれしいです。



// みんなで楽しく活動しています //

ボランティアの力!

子育てボランティア

保育園児と遊んだり、子育てサロンや子育て講座で子どもの見守りなどをしたりします。絵本の読み聞かせや、おもちゃづくりの活動もあります。



活動場所 区内の保育園、子育てサロンほか

活動日 活動を希望する日

お問い合わせ 区健康・子ども課子育て支援係 ☎861-0345

まの かずひこ

真野 和彦さんの **はなし**

子どもと一緒に時間が持てたら楽しいだろうと思って始めたのがきっかけです。子どもたちと触れ合うことはもちろん、季節のイベントに参加できることも、とても楽しいです!



かわはら みちこ

川原 通子さんの **はなし**

資格は何もありませんが、子育ての経験はあります。ボランティアとは言いつつも、いつも自分が子どもたちに遊んでもらっているような気分で、楽しんでいます。皆さんもぜひ、一緒に活動しましょう。



特集

人生に ボランティアという スパイスを

「誰かの役に立ちたい」「余暇を有意義に過ごしたい」と思うことはありませんか。

区内にはボランティア活動を通して、充実した時間を過ごしている方がたくさんいます。

今月の特集ではボランティアとして活躍する方々にお話を聞きました。

皆さんもぜひ、ボランティア活動を始めてみませんか。



ボラ連ランチサロン



区内のボランティア関係者で組織する「白石区ボランティア連絡会(ボラ連)」が、地域の高齢者などを対象にランチサロンを開いています。みんなで昼食を取りながら、楽しくおしゃべりしませんか。ボラ連の仲間も多数参加しているので、ボランティアに興味のある方もぜひご参加ください。

日時 毎月第2木曜11時～14時

場所 本郷会館(本郷通8丁目北)

費用 200円

お問い合わせ 白石区社会福祉協議会(白石4ページ)



おいしい昼食を用意してお待ちしています!

暮らし応援隊

日常のちょっとした困り事を、地域ぐるみで解決しようと結成。困っている人と手助けしたい人とをつなげて、地域での支え合いを進めています。

活動場所 本郷通周辺

活動日 活動を希望する日

利用者&ボランティア募集中!

買い物代行、草刈り、ペットの世話など、何でもご相談ください。本郷通周辺にお住まいの方が対象で、1時間500円の利用料が掛かります。また、一緒にボランティア活動ができる方(有償)も募集中。

詳細は下記連絡先までお問い合わせください。

「暮らし応援隊」事業委員会 ☎861-2347

しまだきよし 島田清司さんの はなし

お互いが助け合い、つながることを大切にしています。特別な技術が無くても、地域で活躍できる場面はたくさんあります。ぜひ、一緒に活動しましょう。



地域で輝く、

高齢者施設訪問ボランティア

施設を訪問して高齢者とおしゃべりをするほか、外出の補助やイベントを手伝います。また、趣味を生かして手芸などを教えたり、楽器演奏をしたりする活動もあります。

活動場所 希望する区内の高齢者施設

活動日 活動を希望する日

お問い合わせ 白石区社会福祉協議会(白石4ページ)

おおあさみちこ 大浅美智子さんの はなし

「お世話をする」というのではなく、対等な立場で交流を楽しんでいます。初めて行った時から自然な雰囲気を受け入れてくれたので、気軽に始められました。「ありがとう」の言葉がとてもうれしいです。自分のペースで無理せず活動することが、長続きの秘訣です。



病院ボランティア

外来患者の受け付けの手伝いや車椅子で来院する患者の介助のほか、図書カウンターでの受け付け業務や本の整理をします。

活動場所 北海道がんセンター(菊水4条2丁目)

活動日 月～金曜の9時～11時、月・水・金曜の14時～16時で活動を希望する日

お問い合わせ 北海道がんセンター ☎811-9111

はらだゆりこ 原田百合子さんの はなし

病院に命を助けてもらい、何か少しでも力になれないかと思っていたところ、このボランティアを発見。「これならできるかも」と活動を始めました。本の近くにいるのが好きなので、楽しく活動しています。病院案内は戸惑うこともありましたが、「ありがとう」と言われると、やっていて良かったと思います。



65歳以上の方が対象の新しいボランティア

「介護サポートポイント事業」スタート！

65歳以上の方が、介護施設に入所している方の身の回りのお世話などをする「介護サポートポイント事業」。活動時間に応じて現金に交換できるポイントがたまります。皆さんも、介護を必要としている方のお手伝いをしてみませんか？



対象 要介護認定を受けていない65歳以上の市民。

申込 住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、ボランティアセンター(下記)へファクスで。電話・窓口も可。

もっと知りたい！ボランティアのこと。

社会福祉協議会と**ボランティアセンター**がお力になります。

ボランティアに参加してみたい、どんな活動があるのか知りたいなど、どんなことでも気軽に相談できます。また、ボランティアを受け入れている施設などの紹介や、ボランティア登録の受け付けをしています。

白石区社会福祉協議会

所在地 本郷通3丁目北(白石区民センター2階)
☎861-3700 FAX 866-8999

ボランティアセンター

所在地 中央区北1条西9丁目(リンケージプラザ内)
☎219-1737 FAX 261-8881



▲白石区社会福祉協議会

札幌市社会福祉協議会のホームページでも、ボランティアについての情報を紹介しています。
HP www.sapporo-shakyo.or.jp/

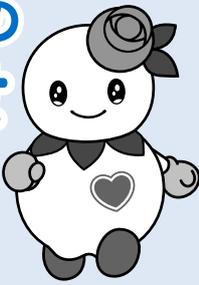
※8月号のしろいしクイズの正解は「①ひざ痛・腰痛予防コース」でした。

広告





白石区からの お知らせ



9月11日からの情報を掲載しています。費用の記載のないものは全て無料です。

市コールセンター ☎222-4894

白石区役所関係

白石区役所 ☎861-2400
本郷通3丁目北

白石保健センター ☎862-1881
本郷通3丁目北

白石区土木センター ☎864-8125
本通14丁目南

まちづくりセンター

白石 ☎861-8270
本通1丁目南

東白石 ☎861-9262
本通13丁目南

東札幌 ☎811-9355
東札幌2条4丁目

菊水 ☎811-9445
菊水7条2丁目

北白石 ☎874-0293
北郷2条3丁目

北東白石 ☎875-3077
北郷3条12丁目

白石東 ☎862-0813
本通18丁目南

菊の里 ☎871-2355
菊水元町8条1丁目

その他の施設・機関

白石区民センター ☎861-3100
本郷通3丁目北

北白石地区センター ☎874-8232
北郷3条7丁目

白石東地区センター ☎866-3000
本通16丁目南

菊水元町地区センター ☎872-7600
菊水元町5条2丁目

白石区保育・子育て支援センター ☎868-3160
(ちあふる・しろいし)本郷通3丁目北

東部市税事務所 ☎802-3912
厚別区大谷地東2丁目 交通局庁舎1・2階

白石清掃事務所 ☎876-1753
東米里2170

東札幌図書館 ☎824-2801
東札幌4条4丁目

白石区体育館 ☎861-4014
南郷通6丁目北

白石消防署 ☎861-2100
南郷通6丁目北

白石区の人口・世帯数

人口 208,257人 (+152)

世帯数 105,078世帯 (+88)

※平成25年8月1日現在 (前月比)

白石区内の交通事故・火災件数

	発生	死者	負傷者
交通事故	472件(+64)	2人(±0)	504人(+44)
火災	28件(-16)	0人(-1)	9人(-1)

※平成25年1月1日~8月15日 (前年比)

白石保健センターから

◎白石元気体操10周年記念講演
ケアマネジャー・増田智子
さんが「老いの準備」をテーマに話します。

日時 10月8日(火)13時30分~15時
対象 区内にお住まいの方。
定員 50人(先着順)。
申込 9月17日(火)~30日(月)の9時~17時に電話か窓口で(土・日曜、祝日を除く)。

◎まちめぐり紅葉ウォーキング
豊平川河川敷や中島公園などを巡る約6kmのコースを歩きます。



日時 10月21日(月)9時30分~12時

会場 河岸公園(菊水2条1丁目、一条大橋そば)集合。解散は創成川公園・狸二条広場(中央区南3条東1丁目)。

対象 区内にお住まいの方。
定員 80人(先着順)。
申込 9月24日(火)~10月17日(木)の9時~17時に電話か窓口で(土・日曜、祝日を除く)。

◎住民集団健康診査
日時・会場 下表の通り。予約は不要です。

健診種目 健康診査、胸部X線検査、緊急肝炎ウイルス検査。

対象 市内にお住まいで、国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入、生活保護・支援給付世帯の40歳以上の方など。

その他 詳細は、受診券・パンフレットなどをご確認を。

◎胃がん・大腸がん検診(予約制)

日時 9月30日(月)、10月28日(月)8時45分~10時。

会場 区内にお住まいの40歳以上の方(職場などで受診できる方を除く)。

費用 胃(バリウム) 700円。大腸(検便) 400円。

申込 検診日の10日前までに市コールセンターへ(☎222-4894、FAX(221)4894、Eメール info4894@city.sapporo.jp)。

実施日	受付時間	会場
9月11日(水)	13時30分~15時	北郷会館 (北郷3条3丁目)
10月11日(金)	9時30分~11時	本郷会館 (本郷通8丁目北)
	13時30分~15時	白石中央福祉会館 (中央1条5丁目)

※健康診査には受診券と健康保険証(生活保護世帯の方は受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認証のみ)が必要です。健康診査以外の検査には、住所・氏名・年齢が確認できるものをお持ちください。
※市の指定する医療機関などでの健康診査では、胸部X線検査を実施しません。希望する方は、住民集団健康診査会場で受けられます。

JR白石駅自由通路に新しく展示パネルができました

JR白石駅自由通路の壁面に、地域の市民活動団体が主催するイベントなどのポスターを無料で掲示できるようになりました。ぜひご利用ください。
※利用条件などの詳細は区地域振興課にお問い合わせを。



申込先・詳細 区地域振興課 ☎861-2422



川下公園から

◎パークゴルフフチャンピオンシップ予選会



10月12日(土)に開催する第4回公園緑化協会杯パークゴルフフチャンピオンシップ予選会を行います。

日時 9月25日(水)8時～11時45分(雨天予備日27日(金))。定員 50人(先着順)。

費用 千200円。

申込 9月11日(水)～23日(祝)の9時～17時に費用を添えて窓口で。

その他 上位男女各10人が本大会に出場できます。ルールなどの詳細はお問い合わせを。

申込先・詳細 川下公園管理事務所(川下2651) ☎(879)5311

ちあふる・しろいしから

◎サンデーサロン



親子で遊んだり、他の親子

と交流したりできます。お父さんの参加も大歓迎。子育てアドバイザーがいます。

日時 毎月第2日曜の10時～12時。10月は13日(月)。

対象 就学前の乳幼児とその家族、これから親になる方。

詳細 ちあふる・しろいし ☎(868)3160

白石区児童会館
フェスティバル2013

区内20の児童会館が合同でお祭りを開催。ゲームやステージ発表を楽しめます。

日時 10月6日(日)10時30分～15時30分。

会場 イーアス札幌(東札幌3条1丁目)。

詳細 川北児童会館 ☎(872)0002

東札幌図書館

◎楽しいお話し会



絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどを楽しみます。

日時 9月14日(土)、28日(土)14時。

◎休館のお知らせ

休館日 9月11日(水)、25日(水)。

※返却ポストは利用可。

詳細 東札幌図書館 ☎(824)2801

福祉除雪「地域協力員」募集

高齢者や障がいのある方などの除雪を支援する「地域協力員」を募集します。なお、福祉除雪のご利用については、全市版26ページをご覧ください。

内容 道路に面した間口部分(幅約1.5m)と敷地内の間口から玄関先までの通路部分(幅約80cm)の除雪。

日時 12月1日(日)～来年3月25日(火)のうち、札幌市の道路除雪が行われた日の午前中。

対象 期間中活動が可能な個人、企業、団体など。

活動費 1世帯当たり21,000円(ひと冬)。

申込 10月11日(金)までに電話か窓口で。受付時間は8時45分～17時15分(土・日曜、祝日を除く)。



申込先・詳細

白石区社会福祉協議会
(本郷通3丁目北) ☎861-3700

コンサドーレ札幌白石区民応援デーご招待

10月6日(日)13時から行われるザスパクサツ群馬戦のSB自由席にご招待します。

会場 厚別公園競技場(厚別区上野幌3条1丁目)。
対象 区内にお住まいの方。
定員 300人(多数時抽選)。
申込 往復はがきに観戦希望者の住所、氏名、年齢、電話番号、クラブコンサドーレのICカード番号(会員の方のみ)、返信先を記入し、コンサドーレ札幌白石区民応援デー係(〒062-0045豊平区羊ヶ丘1)に送付。1人1通。締め切りは9月20日(金)(消印有効)。結果は返信はがきでお知らせします。

※ペアでのご招待ではありません。

※応募者の個人情報はコンサドーレ札幌(株)北海道フットボールクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送以外には利用しません。



©1996H.F.C.

詳細

コンサドーレ札幌 白石区民応援デー係 ☎858-5310
区地域振興課 ☎861-2422





広告

白石区民センター

☎861-3100

◎白石区民センター祭のコーヒー券・お茶席券販売

コーヒー券は10月26日(土)11時15分～15時、お茶席券は10月27日(日)11時～15時に使用できます。

費用 コーヒー券200円、お茶席券300円。

販売 10月1日(火)から窓口で。受付時間は10時～17時（センター祭当日は14時30分まで）。

◎単身高齢者さぼーと「つるばら茶論」

一人暮らしの高齢者が、気軽に集い会話を楽しんだり、物づくりなどで交流を深めたりする場です（毎月第3金曜開催）。

○手作り石鹸

日時 9月20日(金)14時～16時。

定員 15人（先着順）。

費用 100円。

申込 9月11日(水)～18日(水)の10時～17時に電話か窓口で。

○リース作り

日時 10月18日(金)14時～16時。

定員 15人（先着順）。

費用 800円。

申込 9月20日(金)～27日(金)の10時～17時に電話か窓口で。

◎「白石を学ぶ文化・産業編～歴しるべ探訪・横山製粉企業訪問」

白石村医療発祥の地や鈴木レンガ工場跡など白石発展ゆかりの地4カ所を巡るとともに、区内企業を訪問して白石の歴史・産業について学びます。

日時 10月4日(金)13時30分～16時。

会場 JR白石駅自由通路集合。解散は横山製粉(株)（平和通5丁目南）。

対象 区内にお住まいで運動に支障のない方。

定員 15人（先着順）。

申込 9月18日(水)～10月1日(火)の10時～17時に電話か窓口で。

菊水元町地区センター

☎872-7600

①エコで簡単・手編み講習会

お好みの色の毛糸で、暖かい靴下を編みます。

日時 10月8日(火)、22日(火)、11月12日(火)13時～15時。全3回。

対象 区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。

定員 10人（先着順）。

費用 受講料500円、材料費1,600円。

申込 9月11日(水)～18日(水)の9時～21時に電話か窓口で。

②パソコン講座（エクセル初級）

日時 10月7日(月)、9日(水)、11日(金)、16日(水)、18日(金)、21日(月)の18時30分～20時30分。全6回。

費用 受講料3,500円、教材費1,000円。

申込 9月24日(火)～10月1日(火)の9時～21時に受講料を添えて窓口で。

③パソコン講座（エクセル専攻科）

日時 10月23日(水)、25日(金)、28日(月)の18時30分～20時30分。全3回。

費用 受講料2,000円、教材費1,000円。

申込 9月24日(火)～10月1日(火)の9時～21時に受講料を添えて窓口で。

④足裏健康マッサージ講習会

足裏のつぼを刺激するマッサージについて学びます。

日時 10月11日(金)10時～11時30分。

費用 300円。

申込 9月24日(火)～10月1日(火)の9時～21時に電話か窓口で。

※②③④共通

対象 区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。

定員 20人（先着順）。

⑤卓球大会

日時 10月20日(日)9時。

対象 区内に居住か通勤・通学されている中学生以上の方。

定員 50人（先着順）。

費用 300円。

申込 9月17日(火)～10月1日(火)の9時～21時に電話か窓口で。

⑥読み聞かせ会

日時 9月21日(土)10時30分。



しろっぴーのアルバム



白石区役所ホームページ「おもしろいしWEB」でも区内の行事の様子を紹介！
www.city.sapporo.jp/shiroishi/news/

月寒川にぎわい川まつり (7月13日)



親子連れなど約850人が、月寒川河畔緑地で川遊びを楽しみました。生き物の観察をしたり、チューブ乗りでずぶ濡れになって遊んだりしながら、自然の大切さを学びました。

みんなで遊ぼう！ at白石南公園 (7月30日)



白石東地区の親子など約750人がゲームなどで地域住民や学生などのボランティアと交流。伝承遊びでは地域住民の手ほどきを受け、昔ながらの遊びに熱中する子どもの姿が見られました。

えいけん～夏休み実験教室 (8月1日)



札幌市衛生研究所で近隣の小学校の児童が科学実験などに取り組みました。子どもたちは職員から指導を受けてDNAを取り出す実験をしたり、検査機器を使ったゲームに挑戦したりしました。

子どもまちセンー一日所長体験 (8月2日)



区内の小学5・6年生6人が菊の里まちづくりセンターの一日所長になって、一人暮らしの高齢者宅を訪問しました。その後、上田文雄市長に体験の成果を報告しました。

広告

