

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

2015年
8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。

にし



西区環境キャラクター
さんかくやまべ

まちのできごと

地域の災害に備えて

札幌市消防学校（八軒10西13）で、各地区の消防団が消火活動の速さや正確さなどを競い合う「西消防団消防総合訓練大会」が開催されました。各消防団は息の合った動きを披露。参加した団員は「日々、油断することなく訓練を重ねたい」と力強く話していました。

6月27日



7月2日



まちも心もクリーンに

発寒北地区の一斉環境美化週間「発寒キラキラ7Days」の一環として、小中学生と地域住民と一緒に清掃活動を実施。みんなで協力してごみを拾うと、公園や道路は瞬く間にきれいになりました。

7月6日



緑の中を楽しく探検♪

福井清流会館（福井9）周辺の緑地で行われた「親子でエコキッズ・プログラム in SUMMER」。参加者は生き物を観察するなど、自然を満喫しました。

7月12日



目指せ優勝！台上的熱い戦い！

西区体育館で「第41回西区民卓球大会」が開催されました。力強いスマッシュが飛び出す、白熱した試合が展開されました。



平日は忙しい。パパも参加できる
子育てサロンがあります！

毎月第1日曜日の10時から12時まで、
西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」で開催している「サンデー
サロン」。地域に住む親子が集まり、お
互いに交流を深められる子育てサロン
です。サロンには、親子を支援できる
専門的な知識を持つ「子育てアドバイザー」
もいて、子育て相談を受けたり、
簡単な遊びを紹介したりしています。
事前の予約は不要、出入りも自由なの
で、気軽にご利用ください。

お父さんも一緒に！

西区で 子育て。

子どもの面倒を見ることになった日曜日。一人ご機嫌で遊んでいる子どもを見守っていたのもつかの間、突然泣き声が。ミルクをあげても、おむつを替えても一向に泣きやむ気配がなく、途方に暮れた…なんてこと、ありませんか？
初めての育児は、パパも、もちろんママだって、不安なことがたくさんあるはず。そんなときは、子育てサロンに来て、地域の先輩パパとママを頼ってみませんか。子育てアドバイザーもお待ちしています！

西区保育・子育て支援センター 「ちあふる・にし」

西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」は、保育所や子育てサロンを備えた施設で、保育士などが子育て家庭を支援しています。「サンデーサロン」以外にも、毎週月曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）の9時から17時まで、子育てサロンの開設。こちらでも事前予約は不要です。親子やこれから赤ちゃんを迎える方はもちろん、子育て支援に関心のある地域の皆さんも大歓迎です。
また、子育てに関する講座を月1程度開催。子どもを連れてこられるよう、親子で参加できるものと、大人向けの託児付き講座があります。詳細は、「ちあふる・にし」にお問い合わせください。



おもちゃがたくさんあるサロン室と充実した絵本コーナー

- 所在地** 二十四軒3-5-6-1
市営住宅二十四軒団地1号棟1階
- 交通機関** 地下鉄東西線二十四軒駅1番出口から徒歩7分
地下鉄東西線琴似駅5番出口から徒歩8分
- 開所時間** 月～土曜日 9時～17時（祝日、年末年始を除く）
第1日曜日 10時～12時（来年1月を除く）
- 電話番号** 613-7882



12:00

楽しかったね、またね、バイバイ！



パパも一緒に歌いましょう♪



11:20

歌を歌いながら体を動かそう！

サンデーサロンの1日



10:00

こんにちは！今日も元気に遊ぼう



一緒に遊ぼう～

こう読むと興味を引くのね



いないいないばあ～！

利用者の声



平日は仕事がありますが、日曜日なら参加できるのでありがたいです。うちの子が同世代の子どもと一緒に遊んでいるところを見るのは新鮮で、いろいろな発見があります。パパ同士で話せる場も他にはあまりないので、とっても貴重です！



サンデーサロンは、他の家族もパパの参加が多いので、夫を誘いやすいですね。まだ子どもから目が離せないなので、夫と2人で来られると何かと安心します。

参加2回目の林さん親子



もう少しでパパになる人必見！ 父親教室

西区では、初めての赤ちゃんを迎える心構えを学んだり、赤ちゃんの着替えの練習をしたりする父親教室を平日夜間に開催。先輩パパからも率直なアドバイスを受けられます。

▶人形でお風呂に入れる練習！慎重な手つき



気持ちいいかな？



お、重い…

結構大変なんだよ

◀妊婦体験ジャケットを装着

今後は9月、11月、来年2月に開催予定。詳細は、随時広報さっぽろ西区版お知らせページに掲載します。ぜひ、ママと一緒にご参加ください！

【詳細】 西保健センター TEL 621-4241

子育てアドバイザーより



サンデーサロンは、子どもはもちろん、親もほっと一息つける場を目指しています。育児で抱えている悩みなど、小さなことでも気軽に相談してくださいね。お待ちしております！

ささき たかこ
佐々木 多華子さん(左)と
くしだ みわ
櫛田 美波さん(右)



8月11日からの内容です

西区内の主な施設

西区役所関係

- ・西区役所 (代表) (琴似2-7) …… TEL641-2400
- ・西区土木センター(西野290) …… TEL667-3201
- ・西保健センター(琴似2-7) …… TEL621-4241

まちづくりセンター

- ・八軒(八軒1西1) …… TEL611-2221
- ・琴似二十四軒(琴似2-7) …… TEL621-2508
- ・西町(西町南9) …… TEL661-2591
- ・発寒北(発寒12-4) …… TEL661-6262
- ・西野(西野6-3) …… TEL663-0360
- ・山の手(山の手3-7) …… TEL613-1929
- ・発寒(発寒5-3) …… TEL664-6411
- ・八軒中央(八軒6西2) …… TEL615-9588

その他

- ・西区民センター(琴似2-7) …… TEL641-4791
- ・西野地区センター(西野4-2) …… TEL666-5550
- ・はっさむ地区センター(発寒10-4) TEL662-8411
- ・はちけん地区センター(八軒6西2) TEL611-0966
- ・西部市税事務所(納税課)(琴似3-1) TEL618-3912
- ・西清掃事務所(発寒15-14) …… TEL664-0053
- ・西消防署(発寒10-4) …… TEL667-2100
- ・山の手図書館(山の手4-2) …… TEL644-6822
- ・西区保育・子育て支援センター
ちあふる・にし(二十四軒3-5) …… TEL621-1496
- ・西区社会福祉協議会(琴似2-7) …… TEL641-6996
- ・西老人福祉センター ぬくもり(二十四軒4-3)
…… TEL641-4001
- ・西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL662-2149
- ・西健康づくりセンター(八軒1西1) TEL618-8700
- ・宮の沢屋内競技場(宮の沢490) TEL664-6363
- ・五天山公園管理事務所(福井423) TEL662-2424
- ・農試公園管理事務所(八軒5西6) TEL615-3680

西保健センターから



▽「食器衛生月間・野菜摂取強化月間」パネル展

内容 健康で安全な食生活のために、気を付けたいポイントを紹介します。食中毒予防・野菜摂取のパネル展示、レシピ配布。

期間 8月24日(月)～28日(金)

会場 西区役所1階ロビー。

▽「かんたん野菜料理教室」
 内容 旬の野菜を使って簡単な野菜料理を作る教室を開催。講話、調理実習、試食、交流会。

日時 8月26日(水)10時～12時15分。

会場 西区民センター2階。
 対象 西区在住の方。
 定員 36人。

費用 無料。

持ち物 エプロン、バンダナ(髪を覆うもの)、手拭き用タオル、筆記用具。

申込 8月12日(水)～18日(火)に電話で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894

▽「胃がん・大腸がん検診」
 日時 9月4日(金)。受け付けは9時～10時。

会場 西保健センター。

対象 本年度の胃がん・大腸がん検診を未受診の40歳以上の市民。

定員 50人。

費用 胃がん検診700円、大腸がん検診400円。
 ※70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者の方

生活保護世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯の方は無料受診の際に各種証明書類をお持ちください。

申込 8月11日(火)から、検診日の10日前までに電話、ファクスまたはEメール(氏名、振り仮名、郵便番号、住所、年齢、電話番号、希望する検診名を記入)で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894、FAX(21)4894、Eメール info4894@city.sapporo.jp

▽「第8回西区ウォーキング」
 にしっ歩21

内容 西区民センター前の屯田の森を出発し、三角山の麓を歩くウォーキング。Aコース約6キロ、Bコース約4キロ。いずれも、北5条手稲通から琴似発寒川河畔を進み、北1条宮の沢通を歩いて、屯田の森に戻ります。

日時 9月11日(金)9時35分～11時30分(受け付け9時20分から)。※小雨決行。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へ確認してください。中止の場合、延期なし。

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 100人。無料。

持ち物 水、タオル、帽子。希望者にノルディックウォーキング用ポールを貸し出します(申込時先着15人)。

申込 8月12日(水)～9月2日(水)に電話で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894

▽「健康増進・食生活改善」
 パネル展

内容 9月の健康増進普及月間および食生活改善普及運動に伴うパネル展。

期間 9月7日(月)～11日(金)

会場 西区役所1階ロビー。
 詳細 西保健センターTEL(21)4241

「ちあふる・にし」子育て講座
 「歯・は・ハの話」

内容 乳歯の生え方と虫歯の予防、歯磨きの仕方、アドバイス。

講師 市保健所 歯科衛生士

日時 8月26日(水)10時30分～11時15分。

会場 市営住宅二十四軒団地 集会室(二十四軒3・5・6・1)。

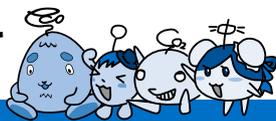
対象 10カ月～就学前までの子どもと保護者。

定員 親子15組。

費用 無料。

申込 8月12日(水)から電話で。先着順。受付時間は9時～17時(土・日曜を除く)。

申込先 西区健康・子ども課 子育て支援担当係TEL(61)6954
 詳細 西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」TEL(613)7882



平成27年度西区明るい選挙 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、「絵でがみ」作品を募集します。

応募資格 西区の学校に通う小学5・6年生と中学生。

応募方法 区役所または区内小中学校で配布中の募集要領を確認の上、10月30日(金)当日消印有効)までに封書で送付。

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 ※9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
8月21日(金)	9時30分～11時	宮の沢中央会館(宮の沢1-5)
	13時30分～15時	西野第二町内会館(西野8-6)
8月26日(水)	9時30分～11時	手稲記念館(西町南21)
9月3日(木)	9時30分～11時	ラポール二十四軒集会所(二十四軒1-5)

【詳細】西保健センター TEL 621-4241

その他 来年2月ごろ、参加賞などと一緒に作品を学校に返却します。

【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)69222

知ることから始める 知的障がい支援講座

内容 知的障がいについての理解を深めるための講演、施設体験、レクリエーション。
日時 9月7日(月)9時30分～11時30分、9日(水)10時～12時、12日(土)10時～15時。全3回。

会場 西区民センター^{ほか}。
定員 30人。
費用 無料。

申込 8月24日(月)までに電話またはファクス(住所、氏名、生年月日、電話番号を記入)で。
【申込先・詳細】 西区社会福祉協議会 TEL(641)6996、FAX(611)6620

生活就労支援センター ステップによる出張相談会

内容 生活や仕事にお困りの方を対象に、相談支援員が相談に応じます。

日時 8月24日(月)10時～16時。
会場 西区民センター2階。

対象 市内在住の方(生活保護を受給されている方を除く)。
費用・申込 無料。不要。

その他 履歴書の添削を希望される方は、履歴書を持参ください。
【詳細】 生活就労支援センター ステップ TEL(221)1766

西区少年育成指導室から

西区少年育成指導室では、少年の問題行動に対する巡回指導および不登校や思春期のさまざまな問題についての相談を行っています。

保護者の方も、少年の行動に心配や困り事がありましたら気軽に相談ください。

相談時間 平日の13時～14時(巡回などで不在の場合があるため、事前に電話確認を)。

【詳細】 西区少年育成指導室(西区民センター1階) TEL(641)2400内線512、西区地域振興課 TEL(641)6926

西部市税事務所 市税の夜間納税相談



平日の日中に時間が取れない方のため、夜間に納税相談窓口を開設しています。

日時 毎週木曜日(祝日を除く)の17時15分～20時。

会場 西部市税事務所。
【詳細】 西部市税事務所納税課 TEL(618)3913

がけ地防災パネル展

9月1日は「防災の日」です。がけ崩れの危険はあなたの宅地の近くにもあります。お住まいは安全ですか?

日頃の防災意識を高めてもらうために「がけ地防災パネル展」を開催します。

日時 8月11日(火)～13日(木)9時～17時。

会場 西区民センター1階。
【詳細】 都市局宅地課 TEL(211)2512

広告

西健康づくりセンターから

①西区健康づくりフェア2015
内容 骨密度測定(整理券を配布予定)、運動体験教室(多数時入場制限あり)、肺年齢測定、血液サラサラ度測定ほか。
日時 8月31日(月)9時30分～13時。
費用 無料。
その他 上履き、靴袋持参。
②サルコペニア予防教室
内容 筋肉量の増加を目的とした運動を行い、運動器機能の維持を目指します。
日時 9月9日～10月21日の

水曜(9月23日(祝)を除く)15時15分～16時15分。全6回。
対象 高齢者、運動不足の方。
定員・費用 35人。2千300円。
③はじめよう！生活習慣改善EX
内容 有酸素運動と、ダンベルやチューブを使用した簡単な筋力トレーニングを行います。
日時 9月12日～10月17日の土曜。15時30分～16時30分。全6回。
対象 運動不足が気になる方。
定員・費用 35人。2千500円。
④ナイトフィットネス(土)
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 9月12日～10月17日の土曜。19時15分～20時15分。全6回。
対象 18歳以上の方。
定員・費用 35人。2千500円。
申込 ①不要②③④8月14日(金)までに直接来館かはがき、ファクスまたはEメールではがき、ファクス、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。
 ※全ての教室で、受講料の他に受講の都度、施設利用料が必要です。

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

西野地区センターから

▽西野地区センター講座
内容 上表の通り。
申込 ①8月18日(火)9時～12時②8月18日(火)13時～16時③8月19日(水)9時～12時④8月19日(水)13時～16時に直接来館か電話で。先着順。
 ▼無料健康セミナー「つまずく、転ぶを防ぐ体幹筋づくり」
内容 健康講話と簡単な体幹筋づくりの体操。
日時 9月4日(金)10時～11時30分。

西区民センター講座

定員 20人。
持ち物 水分補給のための飲み物、運動しやすい服装。
申込 8月25日(火)9時から直接来館か電話で。先着順。
申込先・詳細 西区民センター
 Tel(666)5550

山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会
日時 8月18日、25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 8月15日(土)14時～14時20分「おばけ」。
 ▼小学生のためのおはなし会
日時・内容 8月15日(土)14時30分～15時「屋根がチーンでできた家」。
 ▼定期休館日 8月12日、26日の水曜。
詳細 山の手図書館Tel(644)6822

西野地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
①ヨガ～午後コース～ (※女性のみ)	8月25日～ 12月1日(火) (9月22日、10月13日、11月3日除く) 全12回	13時15分～ 14時15分	30人	6,000円
②ヨガ～夜間コース～ (※女性のみ)	9月2日～ 11月25日(水) (9月23日除く) 全12回	20時～ 20時50分	20人	5,000円
③知っておこう成年後見 ～ご家族が認知症に なったらどうしますか～	9月11日(金) 全1回	9時30分～ 11時30分	20人	無料
④ファット・バーニング ～脂肪燃焼～	9月4日～ 10月30日(金) (10月16日除く) 全8回	15時30分～ 16時30分	30人	3,800円

西区民センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
フローリストから学ぶ パリストスタイルのブーケ	9月1日、8日(火) 全2回	10時～12時	24人	7,200円 (材料費含)

広告

広告

【詳細】 川の美化事業実行委員会(西区地域振興課内) Tel(641) 6926 または区内の各まちづくりセンター

昭和	9時30分	右尻橋・西野7-1緑地
西野	9時	西野南公園ほか
西町	9時30分	ふもと橋・仲よし橋・長栄橋付近
発寒	9時30分	長栄橋下
発寒北	9時	寒月橋・西陵橋
山の手	9時	ゲートボール場
琴似	9時	発寒河畔公園
八軒中央	9時	の発寒河畔公園
八軒	10時	新発寒橋
連合町内会	集合時間	寒月橋
		集合場所

日時 9月5日(土)。
場所 琴似発寒川河畔(各連合町内会の区域。左表参照)。



琴似発寒川の一斉清掃



クリーニング店で古着を無料回収

市内の古着回収協力クリーニング店で、古着の無料回収を開始しています。詳細については、本誌全市版6ページをご覧ください。

西区内の古着回収協力クリーニング店

店舗名	住所	店舗名	住所
クリーンパートナーチャオ 琴似駅前店	琴似2-6-1-10	井元白洗舎クリーニング株式会社 宮の沢店	発寒6-11-1-50
クリーンパートナーチャオ 琴似中央店	琴似2-2-2-22	札幌白洋舎株式会社 琴似店	山の手6-1-3-34
クリーンパートナーチャオ 発寒店	発寒4-3-5-27	株式会社三浦クリーニング店	八軒10西1-1-18
クリーンパートナーチャオ 山の手店	山の手3-4-1-34	※各店の営業時間内にお持ち込みください。	

西区内の古着回収拠点

回収拠点	住所	受け入れ時間	休み
西地区リサイクルセンター	二十四軒4-1-5 (リサイクルプラザ二十四軒サテライト内)	10~16時	月曜(月曜が祝・休日の場合は翌平日)、年末年始
西清掃事務所	発寒15-14-2-1	8~16時30分 (祝・休日は15時30分まで)	土・日曜、年末年始

【詳細】 市コールセンター Tel 222-4894 または

札幌市 古着 無料回収

検索

コンサドーレ札幌 公式戦を招待! ～西区民応援デー～

コンサドーレ札幌では、西区内にお住まいの方300人を、公式戦ホームゲームのSB自由席にご招待します。

◆対象試合 コンサドーレ札幌 VS ザスパクサツ群馬。

◆日時 9月27日(日)。

時間未定(返信はがきでお知らせします)。

◆会場 札幌ドーム(豊平区羊ヶ丘1番地)。

◆申込方法 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)、宛先(返信はがき)を記入の上、下記までお送りください。1人につき1通のみ有効。多数時抽選。結果は返信はがきでお知らせします。

◆申込期限 8月26日(水)。当日消印有効。

※応募者の個人情報は、コンサドーレ札幌(株式会社北海道フットボールクラブ)が適切に管理し、本件を含む当クラブからのアンケートやご案内の発送以外には使用しません。

【申込先・詳細】 〒063-0052 札幌市西区宮の沢2-3-4-1

コンサドーレ札幌 西区民応援デー係 Tel 777-5310



©1996 H.F.C.



参加者募集!

西区子ども野外活動体験事業

稲刈り体験 2015

- 内容** 深川市での稲刈りや収穫体験、自然観察^{ほか}。
※天候などにより変更あり。
- 日時** 9月19日(土)~20日(日)。
- 会場** 深川市農業センター体験水田農場、藤谷農園。
「まあぶコテージ」(深川市)に宿泊。
※西区民センター集合・解散。
- 対象** 西区内の小学4~6年生(引率者同行)。
- 定員** 40人。
- 費用** 5,000円(宿泊代・食事代など含む)。
- 申込** 9月2日(水)の11時~17時に電話で。先着順。
- 申込先・詳細** 西区子ども野外活動推進委員会
(子ども会西区支部) TEL 641-4792

ボリウム
コトニジャズ Vol.26

地下鉄琴似駅で開催するジャズライブです。
誰もが一度は耳にしたことがある、ジャズのスタンダードナンバーを中心に演奏します。
身近な琴似でジャズの生演奏を楽しみませんか?

観覧無料



- 日時** 8月19日(水)
18時~19時。
- 会場** 地下鉄琴似駅
中央改札口前。
- 出演** ^{ながめまつる}長沼舜(ギター)、
^{たかしまさとし}高島諭(ピアノ)、
^{つしみつひろ}辻充浩(ベース)。
- 曲目** 「A列車で行こう」、
「シェルブールの雨傘」^{ほか}。

詳細 西区地域振興課 TEL 641-6926

ボリウム
コトニ★ナイト Vol. 9

入場無料

最先端の映像や音楽とパフォーマンスを融合したイベント「コトニ★ナイト」を開催。今回は、あの大人気イベント「コトニジャズ」と夢のコラボレーション!
トランペッターの^{いわさきゆうた}岩崎祐太率いる^{クインテット}5重奏団によるジャズの生演奏のほか、DJ、ダンスのパフォーマンスや映像が楽しめます。

KOTONI★NIGHT



KOTONI JAZZ



- 日時** 9月6日(日)15時~18時。
- 会場** ターミナルプラザことにパトス
(地下鉄琴似駅地下2階)。
※観覧は立ち見となります。
- 出演** ^{ユウタ}Yuta Iwasaki ^{アーバン}Urban Quintet、
^{タマ}DJ TAMA、^{キング}KING PRO. ^{プロ}ほか。

詳細 西区地域振興課 TEL 641-6926

広告