

就任10周年!



西区環境キャラクター  
さんかくやまべ

# にし

区民のページ

2017年  
7月

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

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

札幌市 西区

◆西区広報ラジオ番組「西区情報プラザ」  
毎週月曜日 11時～11時10分  
三角山放送局 FM ラジオ 76.2MHz

放送予定をピックアップ!  
7月24日は、西消防署が  
夏休みに向けて防火を呼び掛けます。

## 西区ニュース

6月18日

### 交通安全への思いを新たに

西野・西町地区合同で第27回交通事故追放総決起大会を開催し、地域住民ら約500人が参加しました。手稲東小学校の児童らが交通安全宣言を行うと、参加者は一様に真剣な表情に。参加した男性は「思いやりを持った運転を心掛けなければと再認識させられた」と話し、気を引き締めていました。



6月10日



### 祭りに花を添える八軒音頭

第26回<sup>よきこい</sup>YOSAKOIソーラン祭りの白い恋人パーク会場(宮の沢2-3)で、地域住民約100人が八軒音頭を披露しました。この踊りは、1986(昭和61)年に地域住民の手によって作られ、今も受け継がれています。

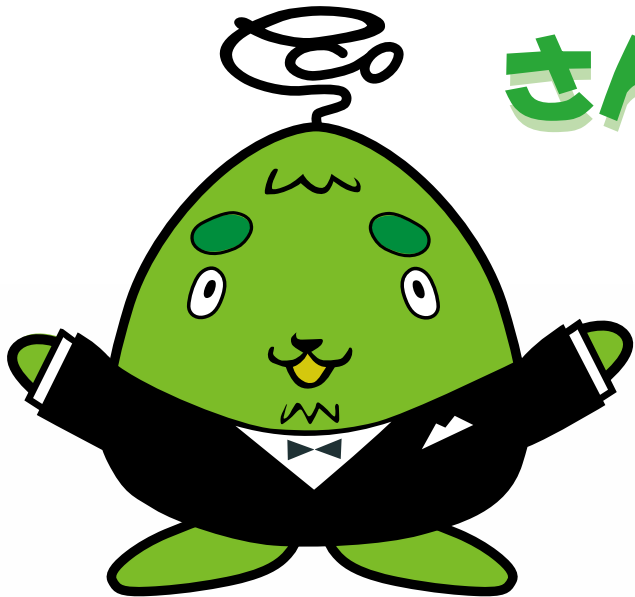
6月12日



### 環境にやさしい生活を考えよう

夏至の日の夜に電気を消して、ろうそくの明かりの下で環境について考える「キャンドルナイト in 琴似」。琴似小学校の児童が三角山放送局のラジオ番組に出演し、イベントへの参加を呼び掛けました。

# さんかくやまベェに 会いに行こう!



## さんかくやまベェって!?

さんかくやまベェは三角山と琴似発寒川に古くから住む妖怪。西区の自然が大好きで、ヤマベ(ヤマメ)や草花と、のんびり暮らしています。2007年(平成19年)に西区の環境キャラクターに就任し、今年で10周年を迎えました。今月は、さんかくやまベェにまつわるイベントなどを紹介します。

【詳細】 西区総務企画課広聴係 TEL 641-6925

♥ **さんかくやまベェ 10th Anniversary 特別企画**

## 西区ハピネスプロジェクト

西区の新婚カップルに、さまざまな特別企画をご用意しています!

### 1 西区特製さんかくやまベェ婚姻届

さんかくやまベェがデザインされた婚姻届を西区役所で配布しています。限定1,000枚。

### 2 さんかくやまベェと記念撮影&制作体験

西区内の二人の好きな場所にさんかくやまベェとプロカメラマンが同行し、二人と一緒に写真撮影を行います。撮影した写真とデータはプレゼント。また、発寒商店街の「HASSAMU DIY SPACE」(発寒5-3)でペアの木製箸やお皿などの制作体験もできます。

**対象** 平成28年8月1日～平成29年7月31日に西区役所に婚姻届を提出した(する予定の)西区在住の方。※記念撮影と制作体験は9月中を予定。5組まで。多数時抽選。結果は8月上旬に郵送で通知。

**申込** 7月31日(月)17時までに西区役所で配布する応募用紙を郵送、持参、ファクスまたはEメールで。応募用紙は西区役所ホームページからもダウンロードできます。  
<http://www.city.sapporo.jp/nishi/machizukuri/yamabee/yamabeeimfo.html>



【QRコード】

**申込先・詳細** 西区地域振興課 〒063-8612 琴似2-7

TEL 641-6926 FAX 641-2455 Eメール n-chishin@city.sapporo.jp

## さんかくやまベェから西区の皆さんへ

今年も参加します!

### ゆるキャラ®グランプリ2017

西区のさんかくやまベェを全国区に! 応援よろしくお願いします!



**投票期間** 8月1日(火)～11月10日(金) 【QRコード】

**投票方法** 下記ホームページで登録していただくと、1日1回投票ができます。詳細はゆるキャラ®グランプリ公式HPをご覧ください。

**HP** <http://www.yurugp.jp/>

**詳細** 西区地域振興課 TEL 641-6926

### ～赤い羽根共同募金にご協力を～



西区社会福祉協議会(琴似2-7西区役所内)で500円以上の寄付をいただいた方に、さんかくやまベェ特製ピンバッジを差し上げています。

**詳細** 西区社会福祉協議会 TEL 641-6996



# エコロコ!

## やまべエ誰でも体操

「エコロコ!やまべエ誰でも体操」は、地域の方と一緒に作った札幌市初の介護予防体操です。筋力アップやバランス感覚の向上などの効果があります。ぜひ、西区のご当地体操で体を動かしてみませんか?体操の様子はインターネットで見ることができます。

西区役所ホームページ「エコロコ!やまべエ誰でも体操」で紹介しています。



【QRコード】

### エコロコ!やまべエ誰でも体操 検索

DVDでの鑑賞をご希望の方は、**西区保健福祉課**までお問い合わせください。



01ソーラン祭り SHIROKI KOIBITO PARK 白い恋人パーク会

↑ YOSAKOIソーラン祭り(白い恋人パーク会場)でもみんなで体操をしました。

↓ 定期的に体操している団体にオリジナルステッカーを配布しています。

### ～普及員から～



普及員 古屋昇さん

体操はゆったりとした運動でどなたでも気軽にできますし、西区のさまざまな場所で披露しています。健康維持のため、ぜひ、始めてみませんか。

↑やまべエ体操普及員が各種イベントで体操を披露しています。**普及員募集**については**次ページ**の養成講座をご覧ください。



**詳細** 西区保健福祉課 TEL 641-6946



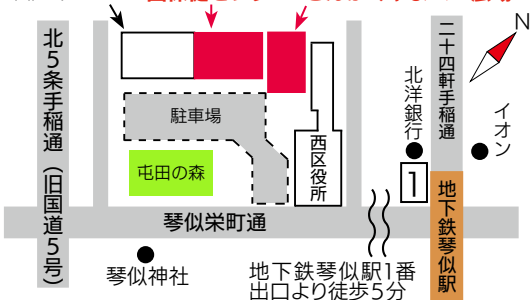
西保健センター1階の子育て情報ステーション「さんかくやまべエのへや」では、保育士が区内の子育てサロンやさまざまな子育て情報を提供しているほか、子育て相談や本の貸し出しなどしています。ぜひ、お立ち寄りください。

## 夏だ!さんかくやまべエまつり



0歳～未就学児と保護者、高校生や地域ボランティアが遊びを通して交流を深める催しです。さんかくやまべエも登場します!

### 西区民センター 西保健センター さんかくやまべエ広場



### ～開催情報～

**内容** 赤ちゃんコーナー、水を使った遊び、幼児向けゲーム<sup>ほか</sup>。  
**日時** 7月28日(金) 10時～11時30分。  
**会場** 西保健センター、さんかくやまべエ広場。  
**申込** 当日、西保健センター入り口で受け付け。  
 ※保護者同伴で参加してください。雨天時は、室内のみの開催。駐車場利用はご遠慮ください。

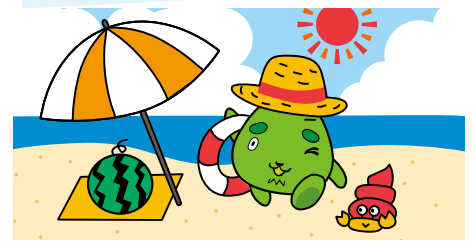


**詳細** 西区健康・子ども課子育て支援担当 TEL 641-6954



《西区の人口数・世帯数》 平成29年6月1日現在。( )内は前月比  
人口/214,724人(+67) 男 98,898人(+2) 女 115,826人(+65)  
世帯数/99,818世帯(+122)

# 西区からの お知らせ



7月11日からの内容です

## ▶ 西区役所関係

西区役所 (代表) (琴似2-7) …… ㊟641-2400  
西区土木センター(西野290) …… ㊟667-3201  
西保健センター(琴似2-7) …… ㊟621-4241

## ▶ まちづくりセンター

八軒(八軒1西1) …… ㊟611-2221  
琴似二十四軒(琴似2-7) …… ㊟621-2508  
西町(西町南9) …… ㊟661-2591  
発寒北(発寒12-4) …… ㊟661-6262  
西野(西野6-3) …… ㊟663-0360  
山の手(山の手3-7) …… ㊟613-1929  
発寒(発寒5-3) …… ㊟664-6411  
八軒中央(八軒6西2) …… ㊟615-9588

## ▶ その他

西区民センター(琴似2-7) …… ㊟641-4791  
西野地区センター(西野4-2) …… ㊟666-5550  
はっさむ地区センター(発寒10-4) ㊟662-8411  
はちけん地区センター(八軒6西2) ㊟611-0966  
西部市税事務所(納税課)(琴似3-1) ㊟618-3912  
西清掃事務所(発寒15-14) …… ㊟664-0053  
西消防署(発寒10-4) …… ㊟667-2100  
山の手図書館(山の手4-2) …… ㊟644-6822  
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) …… ㊟621-1496  
西区社会福祉協議会(琴似2-7) …… ㊟641-6996  
西老人福祉センター めくもり  
(二十四軒4-3) …… ㊟641-4001  
西区体育館・温水プール(発寒5-8) ㊟662-2149  
西健康づくりセンター(八軒1西1) ㊟618-8700  
宮の沢屋内競技場(宮の沢490) ㊟664-6363  
五天山公園管理事務所(福井423) ㊟662-2424  
農試公園管理事務所(八軒5西6) ㊟615-3680

## 国民健康保険料 夜間の納付相談

日時 7月20日(木)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29年の収入が激減し、納付資力がなく、保険料の納付が困難な方。

持ち物 納付通知書、印鑑  
平成29年1月以降の世帯全員の収入が分かる書類(必須)。  
【詳細】 西区保険年金課 ㊟(641)6978

## 「エコロコ」やまべエ誰でも 体操「普及員養成講座」

内容 札幌市初の介護予防体操「エコロコ」やまべエ誰でも体操を学び、普及員として活用してくれる人を育成す

る講座。

日時 7月20日、8月3日の  
木曜 14時～15時30分。

会場 西保健センター2階。  
対象 両日とも参加可能な方。

定員・費用 20人。無料。  
申込 7月11日(火)から直接  
来庁か電話で。先着順。

【申込先・詳細】 西区保健福祉課  
㊟(641)6946

## 西保健センターから

### ▽西野地区健康講座

内容 管理栄養士の講話「骨を強くする食事」<sup>※</sup>。

日時 7月20日(木)10時～11時30分。

会場 昭和会館(西野6-13-14-16)。

対象 西野、平和、福井、小別沢地区在住の方。

費用 無料。  
申込 不要。直接会場へ。

### ▽山の手地区健康講座

内容 発寒中央病院医師伊藤一輔さんの講話「笑いは健康の源」と笑いのステキな関係」。

日時 7月23日(日)13時30分～16時30分(講話13時30分～14時30分)。

会場 山の手会館(山の手3-12-15-20)。

対象 山の手地区在住の方。

費用 無料。  
申込 不要。直接会場へ。

その他 途中入退場可。

▽「食品衛生月間・野菜摂取強化月間」パネル展



期間 7月31日(月)～8月4日(金)。  
会場 西区役所1階ロビー。

### ▽胃がん・大腸がん検診

日時 8月4日(金)9時～10時

会場 西保健センター。  
対象 40歳以上で、職場などで受診の機会がない方。

定員・費用 各50人。胃がん検診700円、大腸がん検診400円。

※70歳以上、後期高齢者医療被保険者、生活保護・支給給付・市民税非課税世帯の方は無料(要確認書類)。

申込 7月11日(火)から電話

ファクスまたはEメール(郵便番号、住所、氏名、振り仮名、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 ㊟(222)4894、FAX(221)4894、Eメール info4894@city.sapporo.jp

▽かんだん野菜料理教室

内容 旬の野菜を使った簡単な料理を紹介します。  
日時 8月31日(木)10時～13時

### 西区子ども体験学校

会場 西区民センター。  
対象 西区在住の方。

定員・費用 30人。無料。  
申込 7月11日(火)から電話で。先着順。  
申込先 西区健康・子ども課 ㊟(621)4241

### 西区子ども体験学校 エコ&自然観察探検隊

内容 日高町でのラフティン

グ体験や自然観察<sup>※</sup>。

日時 8月11日(祝)～12日(土)の1泊2日。

会場 国立日高青少年自然の家。※西区民センター集合解散。

対象 西区内の小学4年生、  
中学3年生(引率者同行)。  
定員 40人。  
費用 4千円(宿泊、食事代





# 西区からのお知らせ



含む)。  
**申込** 7月14日(金)から電話で(12時〜17時)。先着順。  
**申込先** **詳細** 札幌市子ども会育成連合会西区支部TEL(641)4792

## 山の手図書館から

▽絵本や紙芝居の読み聞かせ会  
**日時** 7月11日、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** 7月15日(土)14時〜14時20分II「サラダげんき」。

▽小学生のためのおはなし会  
**日時・内容** 7月15日(土)14時30分〜15時II「ふしぎなたいこ」。

▽定期休館日 7月12日、26日の水曜。

**詳細** 山の手図書館TEL(644)6822

## 親子で環境満喫

### バスツアー



**日時** ①8月1日(火)、②8月8日(火)共に9時50分〜16時30分。※両日とも同内容。  
**会場** 北海道コカ・コーラボトリング札幌工場、札幌ドーム。※ちえりあ(宮の沢1

## 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(検診日に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

※8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
7月18日(火)	13時30分〜15時	西野第二町内会館 (西野8-6-5-5)
7月28日(金)	9時30分〜11時	宮の沢中央会館 (宮の沢1-5-6-27)
		八軒北小学校 (八軒8西6-1-1)
	13時30分〜15時	山の手南小学校 (山の手1-9-6-1)
8月4日(金)	9時30分〜11時	はっさむ地区センター (発寒10-4-1-1)
8月9日(水)		西野地区センター (西野4-2-8-30)

**詳細** 西保健センター TEL 621-4241

11-110)前広場集会所 解散。  
**対象** 西区在住の小学生とその保護者。  
**定員** 各日親子20組40人。  
**費用** 無料。  
**申込** 7月19日(水)までに、電話かファクス、ホームページ(イベント名、希望する開催日、郵便番号、住所、保護者と子どもの氏名、振り仮名、電話番号、子どもの学校名と学年を記入)で。多数時抽選。  
**その他** 結果は、7月21日(金)ごろに郵送で通知。昼食は各自持参。  
**申込先** 市コールセンターTEL(222)4894、FAX(221)4894、ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/callcenter/ukesuke/>

city.sapporo.jp/callcenter/ukesuke/  
**詳細** 西区環境まちづくり協議会事務局(西区地域振興課内)TEL(641)6926  
**西区ときわ大学**  
**内容** 高齢者のための健康づくりや教養を深める講座<sup>ほか</sup>。  
**日時** 9月6日(水)〜10月27日(金)の週2回(水・金)10時〜12時。※内容により曜日や時間が変更になる週があります。  
**会場** 札幌市生涯学習総合センターちえりあ(宮の沢11-11-10)<sup>ほか</sup>。  
**対象** 西区在住の満65歳以上

の方(昭和27年4月1日まで生まれた方)で、毎回受講できる方。※過去に受講された方は不可。  
**定員・費用** 50人。無料。  
 ※材料費などの実費負担あり。  
**申込** 7月25日(火)(必着)までに、はがき(郵便番号、住所、氏名、振り仮名、生年月日、性別、電話番号を記入)または左記申込先にある申込書で。多数時抽選。  
**その他** 結果は、8月中旬に講座の詳細などと併せて郵送で通知。  
**申込先** **詳細** 西区地域振興課(〒063-8612琴似2-7)TEL(641)6926

広告



## のうし夏まつり

**内容** ビーズアクセサリーなどの制作体験、子ども縁日<sup>ほ</sup>。

※参加料が必要なコーナーあり。

**日時** 7月22日(土)、23日(日) 10時～15時。※雨天中止。

**会場** 農試公園。

**申込** 不要。直接会場へ。

**詳細** 農試公園管理事務所 Ⅷ (615) 3680

## 就職支援セミナー

**内容** ①基礎から学べる就職活動②履歴書の書き方。※片方のみの受講も可。

**日時** 7月21日(金)①10時～12時②13時～15時。

**会場** 西区民センター。

**対象** 西区在住で仕事を探している方。

**定員・費用** 各24人。無料。

**申込** 7月11日(火)から電話で。先着順。

**申込先・詳細** 札幌市就業サポートセンター Ⅷ(708) 8321

## 西区民センターから

①シニアのためのスマホ講座  
**内容** スマートフォンの基本操作を学びます。

**日時** 7月26日(水)、28日(金) 13時30分～16時30分。全2回。

**対象** 15歳以上(中学生を除く)の市内在住の方。

**定員・費用** 16人。2千円。その他 スマホは講師が用意します。個人のスマホは使用不可。

②ぬいぐるみのおとまり会  
**内容** 子どものお気に入りのおもちゃをぬいぐるみが図書室にお泊ま

り。ぬいぐるみを一晩預かり、図書室で過ごす様子を写真にしてプレゼントします。

**日時** ぬいぐるみの預かり 7月28日(金) 9時～11時、返却 29日(土) 9時～16時30分。

**対象** 西区在住の幼児・小学生(初めての参加に限る)。

**定員・費用** 8人。無料。

③夏休みにチャレンジ!  
**内容** 外国人講師が英会話の初歩を教えます。

**日時** 7月31日(月)、8月3日(木) 10時～11時30分。全2回。

**対象** 市内在住の小学3、4年生。

**定員・費用** 15人。千円。

**申込** ①③7月11日(火)から直接来館か電話で(10時～17時)。

②7月11日(火)から直接来館で。先着順。③費用は20日(木)17時まで納入。

**申込先・詳細** ①③西区民センター Ⅷ(641) 4791、②西区民センター Ⅷ(641) 9080

▽小学生マット運動教室  
**日時** 8月2日(水) 10時～11時30分。

**対象** 西区在住の小学生。

**定員・費用** 20人。500円。

**申込** 7月18日(火)から直接来館か電話で。先着順。

▽夏のたのしいおはなし会  
**内容** パネルシアター「三匹のこぶた」<sup>ほ</sup>。

**日時** 8月6日(日) 11時～11時30分。

**対象** 幼児～小学生。

**費用** 無料。

**申込** 不要。直接会場へ。

**申込先・詳細** 西区民センター Ⅷ(666) 5550

▽ビューティーヨガ無料体験会  
**日時** 7月21日(金) 18時30分～19時30分。

**費用** 無料。

**申込** 不要。直接会場へ。

**持ち物** ヨガマット(なければバスタオルなど)。

**日時** 8月18日～10月6日の金曜。いずれも18時30分～19時40分。全8回。

**定員・費用** 25人。5千円。

**持ち物** ヨガマット(なければバスタオルなど)。

②うらら健康体操2  
**日時** 8月23日～9月27日の水曜。いずれも10時～11時30分。全6回。

ご近所先生企画講座

## 味わう学ぶ ナチュラルチーズ



数種類のチーズを試食しながら、ワインや料理との合わせ方を学びます。

**日時** 9月9日～10月14日の土曜(9月23日を除く)。

18時45分～20時45分。全5回。

※9月2日(土) 18時45分からオリエンテーションがあります。

**対象** 西区在住または通勤する20歳以上の方。

**定員** 20人。

**費用** 7,000円(受講料3,000円は事前納入、資料代4,000円は初回受講時に納入)。

**申込** 7月25日(火)(必着)までに直接来館かほかき、ファクス、ホームページで。ほかき、ファクスは講座名、郵便番号、住所、氏名、振り仮名、年齢、電話番号を記入。多数抽選。結果は後日郵送で通知。

**申込先・詳細** 札幌市生涯学習総合センターちえりあ 〒063-0051 宮の沢1-1-10 Ⅷ 671-2311 FAX 671-2334 ホームページ <http://chieria.slp.or.jp/>

## 西野地区センターから

▽小学生マット運動教室

**日時** 8月2日(水) 10時～11時30分。

**対象** 西区在住の小学生。

**定員・費用** 20人。500円。  
**申込** 7月18日(火)から直接来館か電話で。先着順。

## はっさむ地区センターから

▽ビューティーヨガ無料体験会

**日時** 7月21日(金) 18時30分～19時30分。

**費用** 無料。

**申込** 不要。直接会場へ。

**持ち物** ヨガマット(なければバスタオルなど)。

▽うらら健康体操無料体験会

**日時** 7月26日(水) 10時～11時30分。

**費用** 無料。

**申込** 不要。直接会場へ。

**持ち物** ヨガマット(なければバスタオルなど)。

①ビューティーヨガ

**日時** 8月18日～10月6日の金曜。いずれも18時30分～19時40分。全8回。

**定員・費用** 25人。5千円。  
**持ち物** ヨガマット(なければバスタオルなど)。

②うらら健康体操2  
**日時** 8月23日～9月27日の水曜。いずれも10時～11時30分。全6回。

広告



広告

## こども・あーと・にしく 線い染めど カラフル☆バンダナを作ろう!

芸術を身近に感じてもらうための子ども向けワークショップを開催！札幌芸術の森で絞り染め作品を作り、解説員の案内で札幌国際芸術祭2017展示作品を見学します。



**日時** 8月8日(火)  
9時30分～14時45分。  
(西区役所集合、解散)  
**対象** 西区在住の小学4～6年生。  
**定員・費用** 36人。無料。(昼食持参)  
**申込** 7月25日(火)(必着)までに、はがき、ファクスまたはEメール(イベント名、郵便番号、住所、氏名、振り仮名、電話番号、学校名、学年を記入)で。多数時抽選。結果は8月1日(火)までに郵送で通知。

**申込先・詳細** 西区地域振興課  
〒063-8612 琴似2-7  
Tel 641-6926 FAX 641-2455  
Eメール n-chishin@city.sapporo.jp

みんなが作った作品の前で、ラプフルート(北海道の木で作られた笛)とインディアンドラムのミニコンサートを開催！観覧は無料です。

**日時** 8月10日(木)12時から  
**会場** はちけん地区センター  
**出演** Blue Raven

**①サンキャッチャーをつくろう**  
**内容** 窓辺で美しく輝くガラス玉の飾りを作ります。  
**日時** 7月26日(水)10時～12時。  
**対象** 市内在住の小学生。

**②大人の勉強部屋**  
「なるほど漢字塾」  
**内容** 漢字の成り立ちなどを掘り下げて学びます。  
**日時** 7月30日、8月6日、20日、27日の日曜。いずれも19時～20時30分。全4回。  
**定員** 20人。  
**費用** 千500円。

**③美味しさUP!薫製講座**  
**内容** プロセスチーズの薫製を作ります。  
**日時** 8月2日(水)14時～16時。  
**定員** 10人。

**④図書室のお仕事**  
チャレンジ講座  
**内容** 本の貸し出しや返却などの図書室の仕事が体験できます。  
**日時** 8月4日(金)14時～16時。  
**対象** 西区在住の小学4年生(中学生)。  
**定員・費用** 2人。無料。

**⑤大人の勉強部屋**  
「美術への誘い」  
**内容** 美術館ボランティアから、ゴッホの人となりや作風などの話を聞きます。

**⑥大人の勉強部屋**  
「美への誘い」  
**内容** 美術館ボランティアから、ゴッホの人となりや作風などの話を聞きます。

**⑦大人の勉強部屋**  
「美への誘い」  
**内容** 美術館ボランティアから、ゴッホの人となりや作風などの話を聞きます。

**⑧大人の勉強部屋**  
「美への誘い」  
**内容** 美術館ボランティアから、ゴッホの人となりや作風などの話を聞きます。

**西健康づくりセンターから**  
**内容** 下表の通り。※対象や詳細はお問い合わせください。  
**申込** 7月21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(③は学年、身長、体重も)を記入で。多数時抽選。

### ■西健康づくりセンター教室

講座名	曜日	時間	期間・回数	定員	費用
①ひざの機能アップ教室	毎週木曜	14時30分～15時30分	8月10日～11月16日 全15回	各30人	各6,530円
②こしの機能アップ教室	毎週金曜	15時15分～16時15分	8月18日～12月1日 (11月3日を除く) 全15回		
③小学生のからだ元気教室		16時30分～17時30分		20人	7,290円

※全ての教室で、毎回、受講料の他に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 〒063-0841 八軒1西1-7-7  
Tel 618-8700 FAX 618-8704 Eメール west-school@shsf.jp





### エスポラーダ北海道公式戦ご招待

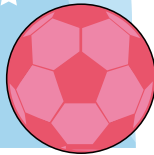
～ 西区民応援デー ～

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！

- 対象試合** 対 府中アスレティックFC。
- 日時** 9月2日（土）18時30分試合開始（12時開場）。
- 会場** 北海きたえーる（豊平区豊平5-11-1-1）。
- 申込方法** 往復はがきに観戦希望者（2人1組）の代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、宛先（返信はがき）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。結果は返信はがきでお知らせします。
- 申込期限** 7月26日（水）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、抽選および返信はがきの発送、また同クラブからのご案内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



地下鉄琴似駅（中央改札口前）で繰り広げられる一味違った音楽会。観覧無料ですので、気軽にお立ち寄りください。

**日時** 7月21日（金）18時～19時  
**出演** 古館賢治（ギター、ボーカル）  
齊藤桃子（ピアノ、ボーカル）



▲古館賢治



▲大平まゆみ

**日時** 7月26日（水）  
18時15分～18時45分  
**出演** 大平まゆみ（バイオリン）  
今井徳子（ピアノ）

## ポトニクミュージック

ボリウム Vol.18

詳細 西区地域振興課 Tel 641-6926

## ポトニクミュージック

ボリウム Vol.36



### 「キッズ・シェフ」参加者募集！

西区内の農園で野菜を収穫し、それを使って親子料理教室を行います。



#### 夏野菜でスープカレーを作ろう

自分たちの手で収穫した野菜を使い、スープカレー店「らっきょ」代表のイデオウさんの指導で特製スープカレーを作ります。

**日時** 8月2日（水）8時30分～14時。  
**会場** 札幌市生涯学習総合センター  
ちえりあ<sup>ほ</sup>か。  
※集合場所は西区役所。



**対象** 西区内の小学3～6年生とその保護者。  
**定員・費用** 親子8組16人。1組1,000円。  
**申込** 7月12日（水）17時（必着）までに、はがき、ファクスまたはEメール（イベント名、郵便番号、住所、子どもと保護者の氏名、振り仮名、電話番号、学校名、学年を記入）で。多数時抽選。結果は7月19日（水）ごろに郵送で通知。

申込先 西区地域振興課 〒063-8612 琴似2-7 Tel 641-6926  
詳細 FAX 641-2455 Eメール n-chishin@city.sapporo.jp

#### 小松菜農園へ行ってみよう！見てみよう！

小松菜農園を訪問し、収穫を体験したり、生産者のお話を聞いたりします。また、小松菜を使った簡単な調理を行います。

**日時** 8月4日（金）9時～14時。  
**会場** 収穫体験＝宮下農園。  
調理実習＝西区民センター。  
※集合場所は西区役所。



**対象** 西区内の小学生とその保護者。  
**定員** 親子12組。  
**費用** 1組500円。

**申込** 7月11日（火）から、電話またはファクス（イベント名、郵便番号、住所、子どもと保護者の氏名、振り仮名、電話番号、学校名、学年、兄弟の参加有無を記入）で。先着順。

申込先 西区健康・子ども課 Tel 621-4241 FAX 641-0392  
詳細