

☑前ページからの続き

■中央健康づくりセンター

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
専門家のアフターリハ教室	理学療法士による関節の機能改善を目的とした運動	4/14～6/23の土曜10時30分～12時。全10回	10人。10,910円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、3/13(火)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
肩のコリとり教室	肩凝りの予防・改善を目的とした運動	4/14～6/23の土曜16時～17時。全10回	15人。5,360円	
すくすくキッズ体操教室 子ども	体を動かすことの楽しさを体験	4/12～6/26の①火曜、②木曜。いずれも15時30分～16時15分。全10回	①は3歳・4歳の方20人。7,130円、②は4歳～6歳の方30人。7,130円	
こどもヘルシースクール 子ども	運動を楽しみながら健康な体をつくる	4/12～6/21の木曜16時30分～17時30分。全10回	肥満傾向の小学生10人。8,380円	
運動教室 要確認	<p>要申込 有料。いずれも全11回。申し込みは3/13(火)までにはがきを送付か、E、直接。(抽選)</p> <p>【4/6(金)開講】①ステップex&バーベル ②キッズジャズヒップホップ ③ジュニアジャズヒップホップ 【4/7(土)開講】④健美操 ⑤体質改善PLUSヨガ ⑥ステップエクササイズ ⑦ソフトヨガ 【4/10(火)開講】⑧座って健康体操 ⑨二十四式太極拳 ⑩ピラティス 【4/11(水)開講】⑪シルバーエクササイズ ⑫リンパコンディショニング ⑬やさしいピラティス ⑭二十四式太極拳 ⑮ストレッチ&ヨガ ⑯股関節症対応ボール体操 ⑰動こうキッズ(4・5・6歳初めて、6歳・小1・小2上達) ⑱男の体幹トレーニング 【4/12(木)開講】⑲ストレッチ体操 ⑳ステップ&コアコンディショニング ㉑女性のシェイプヨガ</p>			

■東健康づくりセンター 〒065-0010 東区北10東7 ☎742-8711 FAX 742-8714 E east-school@shsf.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
膝げんき体操教室	膝の痛みなどの予防・改善を目的としたストレッチと筋力トレーニング	4/10～9/18の火曜13時30分～15時。全22回	膝に不安があり、運動に制限のない方20人。14,500円	はがき、E、直接。上欄必要事項を記入し、3/13(火)(必着)までに東健康づくりセンターへ。(抽選)
高齢者の体力づくり教室	簡単な器具を利用して日常で使う筋力を鍛える	4/11～7/27の水曜10時～11時30分か金曜13時30分～15時。いずれも全15回	65歳以上の方各15人。9,560円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、3/13(火)(必着)までに東健康づくりセンターへ。(抽選)
運動教室 要確認	<p>要申込 有料。いずれも全11回。申し込みは3/13(火)までにはがきを送付か、E、直接。(抽選)</p> <p>【4/6(金)開講】①シニア太極拳 ②ジュニアヒップホップ金曜コース 【4/7(土)開講】③親子で運動あそび(2歳半～3歳) ④楽しく運動あそび(4歳～5歳) ⑤ベーシックヨガ 【4/10(火)開講】⑥シルバー体操 ⑦ジュニアヒップホップ火曜コース ⑧ソフトヨガ 【4/11(水)開講】⑨こどものストレッチパレエ ⑩小学生のストレッチパレエ 【4/12(木)開講】⑪健美操 ⑫ボディメーカーPLUSダンベル ⑬股関節症対応ボール体操 ⑭動こうキッズ(4歳～6歳、小学1年～3年)</p>			

■西健康づくりセンター 〒063-0841 西区八軒1西1 ☎618-8700 FAX 618-8704 E west-school@shsf.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
家族のための介護予防教室	動いて学ぶ自宅のできるストレッチと筋力	4/7～6/23の土曜9時45分～10時45分。全11回	26人。4,950円	はがき、FAX、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、3/23(金)(必着)までに西健康づくりセンターへ。(抽選)
小学生の元気教室 子ども	楽しく体を動かし、運動習慣の定着を図る	4/6～6/29の金曜16時30分～17時30分。全12回	肥満傾向の小学1年～3年20人。5,830円	はがき、FAX、E、直接。上欄必要事項と生年月日、身長、体重を記入し、3/23(金)(必着)までに西健康づくりセンターへ。(抽選)
運動教室 要確認	<p>要申込 有料。①②③⑤～⑯は全11回、④は全5回、⑭は全6回。申し込みは3/13(火)までにはがきを送付か、E、直接。(抽選)</p> <p>【4/6(金)開講】①シルバーエクササイズ ②ステップエクササイズ ③フラダンス ④ピラティス 【4/7(土)開講】⑤ステップex&バーベル ⑥二十四式太極拳 ⑦ZUMBA ⑧シンプルヨガ ⑨ナイトフィットネス 【4/8(日)開講】⑩ストレッチ&ヨガ 【4/10(火)開講】⑪いきいき健康体操 ⑫にこにこ体幹ヨガ ⑬こどものストレッチパレエ ⑭ジュニアジャズダンス ⑮リンパコンディショニング ⑯ナイトフィットネス 【4/11(水)開講】⑰おとなのストレッチパレエ ⑱ジュニアヒップホップ 【4/12(木)開講】⑲ストレッチ&ヨガ ⑳二十四式太極拳 ㉑フロアヨガ 【4/13(金)開講】㉒大人のストレッチパレエ</p>			

市民ロビーコンサート
出演青木晃一(ピオラ)ほか。
3月23日(金)12時25分～12時45分。市役所ロビー。
文化振興課 ☎(21)2261

申込先問 円山公園(中央区宮ケ丘3) ☎(621)0453、HP
3月11日(日)から。(先着)
定員各20人。500円。
13時30分～15時。
3月25日(日)10時～11時30分、
表面にコケを張る苔玉を作る。
内根を土で包んで球状にし、

円山公園・苔玉作り



青年海外協力隊・シニア海外ボランティア帰国報告会
ボランティア経験者による
体験談、懇談会など。
3月18日(日)14時～17時。
国際プラザ(17階)。
当日会場へ直接。(先着)
50人。
問 交流課 ☎(21)2032

趣味・教養

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
⑦ 返信先(往復はがきの場合) ※申し込みは1人(1組)1通です



今や約196万人が暮らす街へと発展した札幌。ここでは、札幌の発展に尽力した人物の功績や、市内にある建物の歴史的背景、見どころなどを紹介。札幌の歩みを振り返ります。

今月は 市内の地名

札幌市内には、先住民族であるアイヌの人々の言葉が語源となっている地名が多く存在。地域の歴史、ゆかりのある人物に由来するものや、土地の発展への願いが込められた地名もある。

市名の由来

札幌

アイヌ語に漢字を当てたとされているが、いくつかの説がある。

- 説その1 サリ・ポロ・ペツ (その葦原が・広大な・川)
- 説その2 サツ・ポロ・ペツ (乾いた・大きな・川) など



札幌国際芸術祭関連催し

- SAF ラボ年度末報告会
- 本年度の活動を振り返る。
- 3月24日(土)15時〜18時。
- 所資料館(中央区大通西13)。
- 定30人。
- 申 30人、HP。3月11日(日)からS I A F ラウンジへ。(先着)
- 問 S I A F ラウンジ ☎(252) 9360

昆虫の飼育体験

- 内 フタホシコオロギなど。
- 日 3月24日(土)〜4月8日(日)10時〜12時。小学生以上の方各3組。小学生は保護者同伴。
- 申 3月16日(金)から。(先着)
- 申込先 問 北方自然教育園(南

区白川1814 ☎(596) 3567、HP

公文書館から
公文書館から
職員研修による臨時休館
3月15日(木)。
さっぽろ閑話
内 函面からみる札幌控訴院。
3月17日(土)14時〜15時。
所 問 公文書館(中央区南8西2) ☎(521) 0205、HP

懐かしのシネマ

- 市民劇場 岡本孝慈・恵里ピ アノデュオリサイトル
- 内 ドビュッシーの作品を演奏。
- 日 3月23日(金)19時。ザ・ル 1 テルホール(中央区大通西6ル1テルセンタービル内)。
- ¥2千円。チケットは道新、教文、大丸の各プレイガイド、
- 市民劇場 岡本孝慈・恵里ピ アノデュオリサイトル
- 申 当日会場へ直接。(先着)
- 所 問 コンベンションセンター(白石区東札幌6の1) ☎(817) 1010、HP

PMF ボランティア募集

- 内 市内各所で開催されるイベントの補助など。
- 日 7月7日(土)〜30日(月)。この

公園ボランティア募集

- 内 創成川公園
- ① 樹木の剪定、② 清掃、除草、イベントの運営、③ 花の植え込みや手入れなど。
- 日 ①は火曜、②は水曜、③は木曜。いずれも10時〜12時。
- 対 ボランティア保険に加入している方。①②は各15人、③は10人。
- 申 3月30日(金)までに創成川公園へ。(抽選)
- 問 創成川公園 ☎(221) 4100
- 内 大通公園
- 内 バラ花壇の管理。
- 日 4月〜11月上旬の水曜10時〜12時。
- 所 大通西12丁目。
- 対 ボランティア保険に加入している20歳以上の方30人。
- 申 3月30日(金)までに大通公園へ。(選考あり)
- 問 大通公園 ☎(251) 0438

札幌国際短編映画祭

内 映像作品を視聴し、感想の

他に通年で研修などあり。対 18歳以上の方。申 はがき、☎、FAX、E。上欄 必要事項を記入し、3月30日(金)必着まで。選考あり。

- 申込先 問 P M F 組織委員会(〒060-0052 中央区南2東1住友生命札幌中央ビル内) ☎(242) 2211、FAX(242) 1687、E volunteer@pnf.jp

**ライラック音楽祭の
出場合唱団を募集**

- 内 5月18日(金)に大通公園で開催する音楽祭の出場合唱団を募集。一団体3曲12分以内。
- 定 12団体。
- 申 はがき、FAX、E。上欄 必要事項と合唱団名、代表者名、人数を記入し、3月30日(金)必着まで。(抽選)
- 申込先 問 ライラックまつり実行委員会(〒060-0001 中央区北1西2北海道経済センター内) ☎(281) 6400、FAX(281) 1970、E event@sta.or.jp

**文化芸術劇場の
公式スポンサーを募集**

10月7日(日)に開館する文化芸術劇場「hitaru」で行う事業を支援する、法人・個人を募集します。法人は施設内への法人名の掲出、個人

地名の由来から歴史をひもといてみよう！

人

温泉を開いた人物にちなんで命名 定山溪



▲大正後期の定山溪温泉

慶応2(1866)年、僧侶の定山(後に美泉定山と改名)は源泉を確認し、湯治に使う仮屋を建設。温泉自体は既に発見されていたが、本格的に開発に取り組んだのは定山だった。その姿勢に感動した東久世開拓長官により明治4(1871)年に定山溪と名付けられた。

行ってみよう! 定山源泉公園

定山が見た風景を再現した公園。園内には足湯があり、気軽に温まることができます。



無料

▲入口の右奥には湯に打たれる定山の像がある

営業時間・所在地 7時~20時。南区定山溪温泉東3
詳細定山溪観光協会 ☎598-2012

産業

かつては羊毛の一大産地 羊ヶ丘

市街地を一望できる展望台で知られるこの地域。大正8(1919)年に、国産羊毛の確保、研究を目的とした施設を設置した歴史から、昭和19(1944)年に「羊ヶ丘」と改称された。

▶昭和8(1933)年には広い敷地で羊が飼育されていた



札幌市公文書館所蔵

参考:「1 札幌地名考」(昭和52年刊)、「59 定山溪温泉」(平成3年刊)。いずれも「さっぽろ文庫」(札幌市が発行)

アイヌ語

地名の多くは アイヌ語が由来

札幌に限らず、道内市町村の約8割がアイヌ語由来の地名である。その多くは地形の特徴や土地の産物などを表している。

一部を紹介!

	由来となったアイヌ語	意味
モエレ沼	モエレペット	流れの遅い川・沼
豊平	トウエピラ	崩れた崖
手稲	テイネイ	ぬれている所(湿地)

新規市民農園の利用者募集

はホームページへの氏名の掲載、主催公演への招待などの特典があります。
法人は1口10万円、個人は1口2万円から。
3月1日(木)から区役所などで配布する申込書を、随時。
市民交流プラザ開設準備室(中央区北1西2時計台ビル内) ☎(242) 58000、HP



- 新設農園滝野市民農園・くぼた(南区滝野236)。
- 募集区画 31区画。1区画100㎡。
- 1区画1万2千円。
- 申請鑑と料金を持参の上、3月24日(土)9時~11時にJAさっぽろ東経済センター(清田区真栄1の1)へ直接。(先着)
- 問 農政課 ☎(211) 2406
- 保養センター駒岡から
- ▲設備点検による休館
- 3月26日(月)。
- ▲フライパンでおやつ講座
- 4月22日(日)13時30分~15時。

高齢者市民講座

中央区会場 3月16日(金)13時10分~15時50分。三木清の人生論ノート。古文書と漢字・四方山話。社会福祉総合センター(中央区大通西19)。

東区会場 3月13日(火)13時30分~15時40分。ミュージカル映画音楽を聴く。白内障と黄斑変性。東区民センター(東区北11東7)。

西区会場 3月20日(火)13時30分~15時40分。シニアの就労と健康。時の話題・地域共生社会を創る。西区民センター(西区琴似2の7)。

問 高齢福祉課 ☎(211) 2976

スレポジャー・ツ

森の音楽会

内 日 ポピュラー 3月11日(日)14時~15時、バイオリン 24日(土)15時~16時。

所 もいわ山中腹駅。

問 もいわ山ロープウェイ ☎(561) 8177