

# とよひら



編集

豊平区役所総務企画課広聴係  
〒062-8612 豊平区平岸6条10丁目  
☎822-2400 内線 214・215  
FAX 813-3603

## とよひら元気印 (第23回)

おかもと あきら  
**岡本 晃** さん (65)

ボランティア団体「アップル'88」代表 豊平区美園在住



### だれでも楽しく遊べる「おもちゃ図書館」

岡本さんが代表を務めるボランティア団体「アップル'88」は豊平区で唯一のおもちゃ図書館「豊平区おもちゃランド」を運営しています。おもちゃ図書館とは「障がいのある子どもたちがおもちゃを通して楽しく遊ぶことができるように」との願いから、1963年にスウェーデンで始まったボランティア活動です。日本では、1981年の国際障害者年に東京都三鷹市に初めて開設され、現在は全国の約500カ所で行われています。

「豊平区おもちゃランド」は毎月第1、第3水曜日に区民センターを会場に開かれています。主に幼稚園や保育園に入園する前の子どもたちが訪れ、いろいろなおもちゃで遊びます。気に入ったおもちゃでもっと遊びたければ、おもちゃの貸し出しもしてくれます。「障がいのある子もない子も大歓迎です。おもちゃ遊びを通して、子ども同士やお母さん方のつながりができればと考えています」と岡本さんは優しい笑顔で話します。

「アップル'88」の会員は現在11人。おもちゃで遊ぶ子どもたちを温かい目で見守る傍ら、活動の資金集めのために、バザーに出品するセーターや帽子、バスマットなどを手作りしている、そんな家庭的なぬくもりのある団体です。

岡本さんは、この「豊平区おもちゃランド」の活動をライフワークにと考えています。「現在はボランティアメンバーの高齢化や運営資金の問題などで、苦しい活動状況ですが、遊びに来てくれる子どもたちがいる限り、ガンバっていきたいと思います」と力強く語ってくれました。



◀「アップル'88」の会員の皆さん

▶「豊平区おもちゃランド」の様子



### 豊平区の人口・世帯数

人口	209,193人	(-165)
男	97,711人	(-227)
女	111,482人	(+62)
世帯数	103,783世帯	(+288)

※(4月1日現在。( )内は前月比)



毎月14日は  
とよひらの日

### 豊平区ホームページ

「夢ひらく花ひらくとよひらく」  
<http://www.city.sapporo.jp/toyohira/>  
豊平区広報番組「豊平インフォメーション」  
FMアップル76.5MHz  
毎週木曜日午前9時30分～



# 豊平区実施プラン2008

豊平区は、自治基本条例の基本原則である『情報共有』と『市民参加』の取り組みを進めています。区民・企業・町内会・商店街・大学などの皆さまに幅広く参加していただきながら、豊平区のまちづくりを進めるため、さまざまな取り組みを行っていきます。

## 豊平区の目標

多様化する市民のニーズに的確に応えるため、  
“市民が主役のまちづくり”をキーワードに2つの目標を設定しています。



ふれあいを  
大切にすまち

自然豊かな  
文化の香るまち



## 基本姿勢

目標を達成するために、2つの  
基本姿勢で取り組んでいきます。



とよひらの個性を活かします



区民に信頼される区役所を実現します

## 推進体制

札幌市では、PDCAサイクルに基づいた経営管理サイクルを徹底しています。各局・区では**実施プラン(Plan)**に基づいて、局・区長のリーダーシップにより、さまざまな**施策を実施(Do)**します。実施した施策については、皆さまの声を踏まえながら、**評価・検証(Check)**を行ない、**改善(Act)**をすることで、取り組みの充実を図っています。

豊平区では、さらに、各種取り組みの情報提供、区民や地域との情報共有といった**公表(Publication)**を加えた『**PDCA+Pサイクル**』で、実施プランを推進していきます。



豊平区長 福島 廉則

4月1日付で、豊平区長に就任いたしました福島です。

豊平区は、150年の歴史があり、羊ヶ丘や西岡公園など、豊かな自然を持ちながら、札幌ドームやきたえーるなど、近代的なスポーツ施設を多く抱える、非常に魅力的な街であります。

札幌市が目指す、“市民が主役のまちづくり”を進めるため、私は、区民の皆さまとともに、考え、決め、そして行動していきたいと考えております。

今月号では、豊平区実施プラン2008を紹介しますが、これからも、広報さっぽろをはじめとした各種媒体や、さまざまな機会を通じて情報提供を充実していきますので、ご期待ください。



## 1 区民・地域が力を合わせる環境づくりをすすめます

- 広報媒体の活用や地域での活動体験などを通じたまちづくりへの参加意識の醸成、町内会への加入促進、まちづくり人材のすそ野の拡大など地域のまちづくり活動の基盤強化を支援します。
- 中学生と区職員による「U15市民自治プロジェクト」など、子どもや学生が中心になって地域、区と連携して行うまちづくり活動を支援します。



## 2 とよひらの個性を活かした元気なまちづくりをすすめます

### ① 思いやりとふれあいを大切にします

- 「元気ハツラツ熟年フェスティバル」の開催などにより、地域団体との連携を深め、介護予防事業を推進するとともに、高齢者への健康支援とボランティア養成を行います。
- 子育てサロンの充実や「ワクワクとよひらんど」など、地域の人々と親子の交流を深めるイベントを開催し、地域の支援力向上を図ります。



### ② 豊かな自然を次代に引き継ぎます



- 「とよひらHANA-LAND事業」を推進します。
- 道路未利用地を地域に開放して、地域主体の花壇作りを進めます。
- みどりの育成・保全のパンフレットを活用し、小学生、中学生に緑の大切さを発信します。



### ③ スポーツ・教育・文化の施設・機能を活かします



- 大学生や区職員による「とよひらスポーツアップル応援隊プロジェクト」を中心として、「とよひらおもしろスノーパーク」などスポーツ行事を開催します。
- 北海道日本ハムファイターズやコンサドーレ札幌などの地元ゲームを区民と職員が一緒になって応援するなど、プロスポーツチームの活動を支援します。



### ④ 安全・安心で快適なまちをつくります

- 地域住民と行政など関係機関の連携と協働により、防災・防犯・交通安全活動に取り組みます。
- 地域にあった雪対策のあり方を区民と一緒に考えていく「地域と創る冬みち事業」など、地域と共通認識に立った雪対策を進めます。



## 3 区民に信頼される区役所の実現を目指します



- 地域FM局やホームページなどの活用により、地域住民に身近な情報や必要な情報を、その時機に合わせ、より分かりやすく提供します。
- 各課における研修や部課横断的な研修の充実、各種業務マニュアルの改訂などにより、新しい制度への対応をはじめとした職員の業務力向上や意識改革・情報共有を進めます。
- 女性職員からの提案や活動で、区民にとって、より親しみやすく、職員にとって、より働きやすい区役所に変えていく、夢華会の取り組みを進めます。

# 私たちの 広場に♪

新しい生活がスタートした入学・進学シーズンが過ぎ、放課後や休日をどう過ごしていますか？  
今回は、新しい友達作りや遊びを学ぶことができる児童会館と、地域に広がる「子ども同士」の世代間交流の輪を紹介します。  
学校とは一味違う体験をしてみよう！

## 児童会館へようこそ！

児童会館は、高校生までの子どもが自由に利用できる施設です。館内には図書室、クラブ室、プレイルーム、体育室などが完備され、自主的な活動の中で、異年齢交流が行われています。今回は、あやめ野児童会館を紹介します。



### プレイルーム

オセロや手作りのスマートボールなどおもちゃがたくさん！地域のボランティアの方が教えてくれるけん玉などの昔遊びもやってみよう。



いろいろなおもちゃで遊ぼう！



### あやめ野児童会館

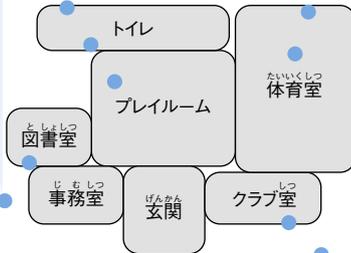
に行ってきました！

午後3時を過ぎると家に帰ってかばんを置いた子どもたちが、続々と集まってきます。受付で名前と学年を記入するだけで利用できます！



### 体育室

竹馬・バドミントン・バスケットボールなどが楽しめます。遊具も充実していて、特に約40台ある一輪車は、指導資格を持つ指導員さんが教えてくれるよ。



### クラブ室

工作やドミノ倒し、おままごとができます。また、調理器具がそろっていて、秋には会館裏の畑で収穫した野菜などで、調理も体験できます。



エレクトーンもあるよ！



### 図書室

約2,500冊の本がそろっている図書室。学校の宿題をしたり、折り紙や塗り絵を楽しむなど、自由に過ごせます。指導員さんが作ったオリジナルの漢字検定にもチャレンジ！

### 読書大好き



プレイルームにある「おしらせコーナー」。9つあるクラブの1年間の活動の成果と反省が張り出してありました。みんなクラブ活動、頑張りました！

### おしらせコーナー



つきさきむがしやうがっこう ねんせい 月寒東 小学校4年生 この 光野 愛さん

子ども運営委員会に参加しています  
「児童会館は、お兄さんやお姉さんと一緒に遊べる楽しい場所です。一番の楽しみは、一輪車クラブでの活動です。年に1度、大会に出場して成果を発揮しています。あやめ野シップ(子ども運営委員会)にも参加して、児童会館をよりよくするため、仲間と話し合いをしたり、イベントを企画しています」

### 子ども運営委員会とは？

子どもたちが、児童会館の運営などに参加し、自分たちの意見を反映できるのが「子ども運営委員会」です。利用のルール作りや各種行事の企画や運営など、さまざまな取り組みを行っています。

### あやめ野児童会館の指導員みなさんからメッセージ



私たち指導員は、子どもたちと一緒に過ごす中で、成長を見守るサポート役です。時には一緒に遊んだり学んだりしながら、子どもたちだけでできることは任せるといった『子ども同士で学びあえる雰囲気づくり』をしています。児童会館は、遊びを通じて、地域における児童が交流できる場ですので、みんな気軽に遊びに来てね！

(写真左から：田所さん、平井さん、松田さん、玉澤さん、高杉さん)



# 集まろう! 遊びの



## 中学・高校生も利用できます

仲間との活動や小さい子どもに遊びを教えるリーダーとして、中学・高校生の児童会館利用が広がっています。

この日は、バスケットボールやダンスの練習をする子どもたちが、集まっていました！スポーツ以外にもみんなでおやつを食べながらおしゃべりするなど、開放的な雰囲気です。

### 夜間利用ができる児童会館

平岸児童会館(火・木)、中の島児童会館(水・木)  
西岡高台・あやめ野・天神山児童会館(水・金)  
福住児童会館(木・金)

中学生は午後7時、高校生は午後9時まで。

児童会館は、幅広い年代の人が集まって遊べるところが魅力です。また、お泊り会やイベントなどを通して、仲間と協力する大切さを学びました。

(写真左から2人目:高校1年生の渡邊歩美さん)



指導員さんとおしゃべりが楽しみ！

### ダンスの練習中!



バスケットボールを通じて新しい友達ができました！



## 児童会館の利用方法

【開館日時】月～土曜日 午前8時45分～午後6時。  
【休館日】日曜日・祝日・振替休日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

【利用料】無料。ただし、行事参加の場合、材料費などの実費が必要となる場合があります。

※区内の児童会館の住所は、区版10ページをご覧ください。

### ミニ児童会館もあります

小学校の余裕教室を使っているのが、ミニ児童会館。その学校に通う子どもが下校時から午後6時まで、休校日は午前8時45分から午後6時まで自由に利用できます。休館日は、児童会館と同じです。  
(詳細:子ども企画課 ☎211-2982)

## 児童クラブについて

児童会館では、保護者の就労などにより、放課後、家庭が留守となる小学校低学年の児童を対象に、放課後の居場所として「児童クラブ」を開設しています。連絡帳を使って、家庭と児童クラブを結ぶ情報交換を毎日行います。詳細は、お近くの児童会館にお問い合わせください。

### 【対象】

放課後、保護者が家庭にいない小学校1年生から3年生までの児童。障がいのある小学校6年生までの児童は、各会館にご相談ください。

### 【開設時間】

下校後(学校休校日は午前8時45分)から午後6時。

## 地域に広がる世代間交流の輪

### ●●子ども会●●

子ども会とは、主に町内会などの地域単位で組織され、小学生から高校生まで加入することができる、子どもたちによる自主活動グループです。集団生活の中で、リーダーシップを取ったり、仲間との協力を通して、共に成長を促し合っていく場です。豊平区の子ども会では、区民センターで、料理教室やクラフト教室を開いたり、キャンプなどの季節のイベントを行っています。

異年齢交流

仲間づくり

社会教育

交流

### 入会するには?

札幌市子ども会育成連合会  
豊平区事務局 ☎812-7183  
にお問い合わせください。

### ●●ちあふる・とよひら●●

豊平区保育・子育て支援センター(ちあふる・とよひら)は、保育サービスや子育てサロンなどを行っています。また、地域の中学生や高校生が、ちあふる・とよひらを訪れ、小さな子どもと触れ合う子育て体験もしています。今年2月には、初めて園児たちが地域の高校を訪れ、絵本の読み聞かせやボール遊びなどをして、異年齢交流を行いました。

▶園児たちが月寒高校を訪問したときの様子



☎月寒東1条4丁目2-11 ☎851-2510



情報満載!  
**とよひら掲示板**  
 5月11日～6月10日の  
 区内の情報を掲載しています

区内の主な施設

豊平区役所	☎822-2400
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平保健センター	☎822-2400
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平区民センター	☎812-7181
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平区土木センター	
維持管理課	☎851-1681
管理担当	☎859-3800
〒062-0033 西岡3条1丁目	
豊平区体育館	☎855-0791
〒062-0052 月寒東2条20丁目	
月寒公民館	☎851-0482
〒062-0020 月寒中央通7丁目	
豊平清掃事務所	☎581-9153
〒062-0039 西岡520番地	
豊平消防署	☎852-2100
〒062-0051 月寒東1条8丁目	
西岡図書館	☎852-8111
〒062-0033 西岡3条6丁目	
西岡福祉地区センター	☎852-4687
〒062-0034 西岡4条9丁目	
東月寒地区センター	☎853-2011
〒062-0053 月寒東3条18丁目	
豊平老人福祉センター	☎811-5201
〒062-0922 中の島2条3丁目	
豊平区保育・子育て支援センター (ちあふる・とよひら)	☎851-2510
〒062-0051 月寒東1条4丁目	

**食生活改善推進員  
養成講座**

栄養・運動・休養のバランス、食生活プランのたて方、栄養や調理の理論と実践などを学びます。講座修了後は、地域の皆さまに対して食生活を中心とした健康づくり活動を行います。

**期間** 5月下旬～7月下旬。半日を週1回程度(全10回)。  
**会場** 保健センター2階講堂ほか。  
**対象** 区内にお住まいの方。  
**定員・費用** 30人。テキスト代千155円。  
**申込** 5月12日(月)～16日(金)の午前9時～午後5時に左記へ電話でお申し込みください。応募多数の場合は、後日抽選を行います。  
**詳細** 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線524・526

**ちあふる・とよひら  
子育て講座**

①フラワードセラピー～アレンジメントフラワーズ  
**日時** 5月22日(木)午前10時30分～11時30分。  
**対象** 就学前のお子さんと保護者。  
**定員・費用** 8組。材料費300円。  
**申込開始** 5月13日(火)。  
 ②千田塾塾長 主夫を語る～お父さんが話す子育て～  
**日時** 5月31日(土)午前10時30分～11時30分。  
**対象** 2歳までのお子さんと保護者。  
**定員・費用** 10組。無料。  
**申込開始** 5月16日(金)。  
 ③元気はつらつ!健康家族!  
**日時** 6月5日(木)午前10時30分～11時30分。  
**対象** 就学前のお子さんと保護者。  
**定員・費用** 20組。無料。

④カラーセラピー  
**申込開始** 5月21日(水)。  
**日時** 6月12日(木)午前10時30分～11時30分。  
**対象** 就学前のお子さんと保護者。託児可。  
**定員・費用** 20組。無料。  
**申込開始** 5月29日(木)。  
**会場** 豊平区保育・子育て支援センター。  
**申込** 各講座の申込開始日から、午前10時～午後5時に左記へ電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。  
**詳細** 豊平区保育・子育て支援センター

**子育て応援隊大募集!**

子育て家庭を応援するボランティア養成のための講習会。必要な知識や技術を学びます。3日間1コース。  
**日時** ①6月9日(月)、②6月10日(火)の午後1時30分～3時30分。③3日目は、都合の良い日を選んで、子育てサロンの体験を行います。  
**会場** ①保健センター2階講堂、②区民センター3階第1会議室、③サロン開催場所。  
**対象** 子どもやボランティア活動に関心のある方。  
**定員・費用** 20人程度。無料。  
**申込** 5月19日(月)から、午前9時～午後5時に左記へ電話でお申し込みください。先着順。  
**詳細** 区役所健康・子ども課子育て支援係 内線572

**エンジヨイ・  
マタニティクッキング**

簡単に美味しく、妊娠中にぴったりの料理を一緒に作りましょう。  
**日時** 5月22日(木)午前10時～午後1時30分。  
**会場** 区民センター2階料理実習室。  
**対象** 区内在住の初妊婦。  
**定員・費用** 30人。無料。  
**持ち物** エプロン、三角巾などの頭を覆うもの、母子手帳。  
**申込** 5月12日(月)～16日(金)の午前9時～午後5時に左記へ電話でお申し込みください。先着順。  
**詳細** 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線524・522

**一緒にコンサドーレ札幌を取材しませんか!**

広報さっぽろ8月号の豊平区民のページでは、スポーツをテーマにした特集を行います。一緒に取材してくれる方を2人1組で募集しますので、要領に従って、ご応募ください。

**取材日時** 6月8日(日)正午～午後6時頃。**取材場所** 札幌ドーム。  
**取材内容** ヤマザキナビスコカップ対柏レイソル戦の試合前から試合後までのチームの裏側を取材します。  
**応募資格** 区内在住の2人1組で取材当日に参加できる方。小学生以下は、子ども1人と保護者1人で1組。  
**応募方法** はがき(〒062-8612 豊平区役所広聴係あて)、ファクス(813-3603)またはEメール(toyohira-ward@city.sapporo.jp)のいずれかで、2人の住所、氏名、年齢、電話番号を記載してご応募ください。締め切りは5月23日(金)。当日消印有効。1人1通のみ有効。応募者多数の場合は、抽選を行ない、当選者のみ電話でご連絡いたします。  
 ※取材にご協力いただいた方を、紙面で紹介させていただく予定です。  
 ※お名前などは、札幌市個人情報保護条例の規定に従って、適正に取り扱います。  
**詳細** 区役所総務企画課広聴係 内線214



©1996 H.F.C.

### 「まちづくり」団体助成 事業希望団体募集

区内のまちづくりに関する活動に助成を行います。  
①まちづくり活動スタート助成 5人以上のグループに、5万円を上限として助成します。  
②まちづくり活動推進助成 過去3年以上の活動歴のある15人以上のグループに、30万円を上限として、活動費の3分の2を助成します。  
募集期間 5月12日(月)～6月9日(月)。  
その他 左記で申請書、詳しい内容などを記載した資料を配布しています。  
詳細 区役所地域振興課(区民センター内) 内線223

### 豊平区民てくてくウォーキング(歩く運動)

春を満喫し、自然を楽しみながら、のんびり歩いてみませんか。  
日時 5月18日(日)午前9時30分から。雨天中止。  
コース 北海道農業研究センター内農道約8キロメートル。  
集合 札幌ドーム横断歩道橋下広場(福住3条1丁目)。  
解散 羊ヶ丘展望台で現地解散。  
対象 区内在住の方。

### 子どもの遊びクラブ「KidsAsFun」

◎説明会  
日時 5月17日(土)午前10時～11時。  
会場 区民センター3階第1・2会議室。  
対象 居住地区に子ども会のない小学生とその保護者。  
定員 50人。  
申込 5月12日(月)～16日(金)の午前8時45分～午後5時15分に左記へ電話でお申し込みください。先着順。  
詳細 札子連豊平区事務局(区民センター内) (812)7183

### 遊びの広場

ジュニアリーダールのお兄さん、お姉さんと遊ぼう！  
日時 5月17日(土)午前10時～正午。  
会場 区民センター2階大ホール。  
対象 小学生。  
持ち物 上履き。  
参加方法 当日、直接会場へお越しください(受付は午前

9時45分開始)。  
詳細 札子連豊平区事務局(区民センター内) (812)7183

### 西岡図書館から

楽しいお話の会(幼児・小学生) 5月15日・22日、6月5日のいずれも木曜日。午後3時～3時30分。  
子どもとともに本を楽しむ会(幼児・小学生) 6月4日(水)午前11時～11時30分。  
休館日 5月14日・28日のいずれも水曜日。  
詳細 西岡図書館

### 図書室の 休室のお知らせ

区民センターと東月寒地区センターの図書室は、蔵書一斉点検のため、一時休室します。  
休室期間 区民センターは6月2日(月)～8日(日)。東月寒地区センターは5月22日(水)～28日(水)。  
休室期間の返却 区民センターは図書室ドアの返却口。東月寒地区センターは図書室前の返却ポスト。  
詳細 区民センター図書室 (811)1030  
東月寒地区センター (853)2011

### 学校図書館地域開放校のお知らせ

学校の図書館を地域に開放しています。幼児向けの絵本から一般書(趣味の本、ベストセラーなど)まで幅広い蔵書をそろえ、どなたでも無料で借りることができ、また、図書館の日常業務や読み聞かせなどを1回程度お手伝いしていただく「ボランティア」も募集しています。年齢は問いません。また、お子さま連れの方でも参加できます。詳細は下記へお問い合わせください。  
詳細 開放校または教育委員会生涯学習推進課 ☎211-3872

学校名	住所	電話	開放曜日	開放時間
西岡南小	西岡4-12	582-6350	月・水・金	午後1時～4時(4～10月) 午後1時～3時30分(11～3月)
平岸西小	平岸1-15	821-7971	月・火・金	午後1時～4時
しらかば台小	月寒東4-18	852-4090	火・木・金	午後1時～4時
平岸高台小	平岸5-18	813-7751	火・木・金	午前10時～午後2時30分
中の島小	中の島2-1	841-1561	月・水・金	午後1時～4時
みどり小	美園5-2	812-8164	月・水・金	午後1時～4時
福住小	福住3-5	854-1318	火・水・金 第3土曜	午後1時～4時(4～10月) 午後1時～3時30分(11～3月) 午前10時～午後1時
平岸小	平岸2-14	811-8128	平成20年秋頃開館予定	
あやめ野小	月寒東1-11	855-3406	平成20年秋頃開館予定	

### おしゃべり DE リフレッシュ!

おしゃべりいっぱい、笑顔満載。子育てに限らず、日頃思っている、あんなこと・こんなこと話してみませんか。  
日時 6月18日(水)、19日(木)のいずれも午後2時～3時30分(2日間1コース)。会場 区民センター。  
対象 0歳～就学前のお子さんの保護者。託児有。  
定員・費用 10人。無料。申込方法 5月20日(火)から、午前9時～午後5時に下記へ電話でお申し込みください。先着順。  
詳細 区役所健康・子ども課子育て支援係 内線572

☆今後の開催予定☆
① 8/26(火)～27(水)午後
② 10/30(木)～31(金)午前

※①、②については、別途募集いたします。なお、年度中はお一人1回の参加となります。



区役所・区民センター・保健センターの駐車場は大変込み合いますので、公共交通機関をご利用ください





## 子育て講座

☆今後の開催予定☆

乳幼児を育てている保護者のための講座です。  
**日時** 7月8日(火)午後2時～3時30分。  
**会場** 保健センター2階講堂。  
**内容** 「子どもの健やかな心と身体を育てるために」。  
たかむのりこ  
**講師** 高室典子氏(助産院エ・ク・ボ主宰)。  
**対象** 0歳～就学前のお子さんの保護者。託児有。  
**定員・費用** 20人。無料。  
**申込** 6月3日(火)から、午前9時～午後5時に下記へ電話でお申し込みください。先着順。  
**詳細** 区役所健康・子ども課子育て支援係 内線572

	日程	内容	講師予定
①	12/3(水) 午後	「子育てに絵本を」	小さな絵本屋 ひだまり 店主 <small>あおたまのり</small> 青田正徳氏
②	平成21年 1/23(金) 午後	「いきいき子育て」	豊平区健康・子ども課 管理栄養士 <small>かしわばらとしこ</small> 柏原敏子

※①、②については別途募集いたします。なお、年度中はお一人1回の参加となります。

## ポリオワクチン服用を忘れずに

お住まいの地区の該当する日にワクチンを服用してください。詳しくは、広報さっぽろ4月号の全市版28ページをご覧ください。下記へお問い合わせください。  
**※お住まいの地区の該当日に服用できない場合は、ほかの地区の該当日に服用できます。**  
**詳細** 保健センター健康・子ども課保健予防係 内線502・503

お住まいの地区	実施日	受付時間	実施会場
西岡・福住	5/2(金)	午後1時30分～3時	保健センター(平岸6-10) ※駐車場が大変混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。
月寒中央通・月寒西・月寒東(1～6丁目)	5/13(火)		
月寒東(7～20丁目)・羊ヶ丘	5/20(火)		
美園・豊平	5/22(木)	午前9時30分～11時	
平岸(1～10丁目)・中の島	5/26(月)		
平岸(11～23丁目)・旭町・水車町	5/30(金)		

## 住民集団健康診査(予約不要)

これまでの地区健康相談は名前も内容も変わり「住民集団健康診査」になりました。40歳以上の方を対象とした特定健診は原則有料です。受診には健康保険証と、加入している健康保険機関から送られてくる受診券が必要です。

地区	実施日	受付時間	実施会場	住所
福住	6/3(火)	午前9時30分～11時	福住地区会館(福住まちづくりセンター併設)	福住1-4-13-17
		午後1時30分～3時	望羊会館	福住3-8-7-23

※他地区の開催については、今後、随時お知らせします。

**肝炎ウイルス検査** 今年限り年齢を問わず、無料で実施。ただし、すでに肝炎ウイルス検査済み、肝炎を治療中あるいは採血不能の方は除きます。

特定健診	40歳以上が対象。 ①基本項目 問診・身体計測・血液検査(脂質・腎機能・肝機能など)・尿検査・血圧 ②詳細項目 心電図・眼底検査・貧血検査 ※②詳細項目の受診は一定条件が必要です。 ※血液検査では、食後10時間以上経過していることが必要ですので、食事を控えて受診してください。		
	区 分	費 用 な ど	
	40～74歳	札幌市国保の方 ①は600円、②の心電図・眼底検査は各200円、貧血検査は無料です。なお、市民税非課税世帯は①、②とも無料です(受診券の自己負担額に0円と記載されています)。 札幌市国保以外の方 この健診を受診できるのは、巡回型特定健診契約を結核予防会としている健康保険に加入している方だけです。受診が可能であるかについては、加入している健康保険にご確認願います。	
	75歳以上	①のみ受診ができ400円です。なお、市民税非課税世帯は無料です(受診券の自己負担額に0円と記載されています)。	
※40歳以上で生活保護を受けている方は無料です(受給証明が必要)。			
健康相談	40歳未満が対象。血圧測定・尿検査のみ。無料。		
X線健診	40歳以上が対象。胸部レントゲン検査です。40歳以上は肺がん検診、65歳以上は結核検診となります。無料。また、一定条件が必要な喀痰検査は400円で実施します。なお、喀痰検査の条件や減免については下記へお問い合わせください。		

**詳細** 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527



### 市税の夜間・休日納税相談

**日時** 夜間 = 5月22日(木)の午後8時まで。休日 = 5月11日(日)午前9時～午後4時。  
**会場** 区役所2階納税課。  
**詳細** 区役所納税課納税係 内線279

### 禁煙・歯の衛生パネル展

5月31日は世界禁煙デー、6月4日はむし歯予防デーです。それぞれ、その後の1週間は禁煙週間・歯の衛生週間で

す。  
 歯周病など、口の中の病気と喫煙は密接な関係があります。そこで禁煙と歯の健康についてのパネル展を行います。

**日時** 5月31日(土)～6月10日(火)。  
**会場** 区民センター1階ロビー。  
**詳細** 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527・524

### 国民健康保険料の夜間・休日納付相談

**日時** 夜間 = 5月14日(水)、15日(木)のいずれも午後7時30分まで。休日 = 5月18日(日)午前9時～午後2時30分。  
**会場** 区役所1階保険年金課。  
**詳細** 区役所保険年金課収納一係・二係 内線408・424

### 各種講座のお知らせ

	講座名	曜日	開講日時	定員	受講料(教材費)	対象・申込方法など
区民センター (812)71811	①パークゴルフ入門(全4回)	火	講義:6/3 実技:6/10~24(予備日7/1) 午後1時30分~3時30分	24人	2,300円	<b>対象</b> 市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)。 <b>申込</b> 5/15(木)から、午前9時~午後7時に電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。 <b>受講料</b> 5/15(木)~21(水)の午前9時~午後7時に窓口で納入してください。 <b>会場</b> 区民センター。ただし、①の実技は月寒公園パークゴルフ場、③は円山公園など。 ※①の実技および③は現地集合・解散となります。
	②楽しく歌おう!(全6回)	水	5/28~7/2 午後1時30分~3時30分	24人	3,400円	
	③自然ウォッチング(全4回)	木	6/5~26 午前10時~正午	20人	2,300円	
月寒公民館 (851)0482	①パソコン入門エクセル編(全6回)	月・金	5/26~6/13 午前9時30分~11時30分	20人	3,400円(2,000円)	<b>対象</b> 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)。 <b>申込</b> ①、②は5/13(火)の午前9時から電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。③、④は5/14(水)の午前9時から電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。 <b>受講料・教材費</b> 申込日~5/20(火)の午前9時~午後5時に窓口で納入してください。 <b>会場</b> 月寒公民館。ただし、④の実技は月寒公園パークゴルフ場。 ※④の実技は現地集合・解散となります。 ※①、②のパソコンのOSはWindows Vistaです。
	②パソコン入門ワード編(全6回)	月・金	5/26~6/13 午後1時30分~3時30分	20人	3,400円(2,000円)	
	③“琴伝流”大正琴の楽しみ!(全6回)	水	5/28~7/2 午後1時~3時	15人	3,400円	
	④パークゴルフ入門教室(全5回)	火	講義:5/28(水) 実技:6/3~24 午前10時~正午	25人	2,900円	
西岡福住地区センター (852)4687	押し花体験講座(全3回)	金	6/6~20 午後1時30分~3時30分	10人	無料(2,000円)	<b>対象</b> 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)。 <b>申込</b> 5/23(金)の午前9時から電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。 <b>教材費</b> 教材費は受講初日に講師へ直接納入してください。 <b>会場</b> 西岡福住地区センター。
東月寒地区センター (853)2011	パソコンワード応用編(全6回)	月・水・金	6/9~20 午前10時~正午	20人	3,500円(1,000円)	<b>対象</b> 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)。 <b>申込</b> 6/3(火)の午前9時~午後7時に電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。 <b>受講料・教材費</b> 6/3(火)~6(金)の午前9時~午後7時に窓口で納入してください。 <b>会場</b> 東月寒地区センター。

※定員に満たない場合は、引き続き受け付けます。応募者が少ない講座は、中止になることがあります。  
 ※納入された受講料は、原則としてお返しできません。

広告



### じどうかいかんだより

平 岸 平岸3-9-15-22 ファーム平岸 5月14日(水)(雨天時は16日(金))午後3時30分(幼児～)	☎812-2493	西 岡 西岡3-6-6-1 ゴーゴー!ー輪車 5月29日(木)午後3時30分	☎852-8113
美 園 美園6-5-4-1 みそのっこクラブ～ユニホック～ 5月23日(金)・30日(金)午後4時(小3～小6・15人・申込)	☎824-5440	東 月 寒 月寒東3-16-13-28 ツッキーのよみきかせ 5月20日(火)午後3時30分	☎853-9741
豊 平 豊平6-7-1-12 ドッジボールクラブ 5月13日(火)・20日(火)・27日(火)午後3時30分(小2～小6・申込)	☎811-1376	あやめ野 月寒東4-10-6-10 ゴミゼロ大作戦! 5月31日(土)午後1時30分	☎857-5862
中 の 島 中の島2-3-8-1 絵本のスペース・ランド ミニ映画会(16mmフィルム) 5月16日(金)午後3時30分(幼児～)	☎811-5215	月 寒 月寒西1-6-3-21 ムーンくんのおはなしタイム 5月28日(水)午後3時	☎851-6433
天 神 山 平岸1-19-2-55 てんじんファーム 5月15日(木)・16日(金)(雨天時は20日(火)・21日(水))午後3時30分(幼児～)	☎816-0388	西岡高台 西岡4-11-4-22 エコタイム 5月30日(金)午後3時45分	☎581-5394
福 住 福住1-1-5-5 たけとんぼ～伝承あそび～ 5月15日(木)午後3時45分	☎855-0350	※幼児は保護者と一緒に参加してください。 ※( )内の「申込」は事前の申し込みが必要です。 詳細は各会館へ。	

### 豊平区体育館だより

対象	種 目	曜日	開講期間	時 間	回数	定員(人)	受講料(円)
16歳以上	ビューティーヨガ	火	7/15～9/30	午前9時30分～11時	10	30	5,100(4,100)
	ヨガ	水	7/9～9/24	午前10時～11時30分	10	30	5,100(4,100)
	生活習慣病予防体操	水	7/2～9/17	午前9時20分～10時50分	10	30	5,100(4,100)
	ボディコントロール体操	水	7/9～9/24	午前11時10分～午後0時40分	10	30	5,100(4,100)
	ピラティス	木	6/26～10/2	午前9時30分～10時40分	10	30	5,100(4,100)
	ナイトピラティス	木	7/10～9/18	午後7時30分～8時40分	10	30	5,100(4,100)
	リラックスヨガ	金	6/27～9/5	午前10時～11時30分	10	30	5,100(4,100)
	懐メロ体操	金	6/27～9/5	午前9時20分～10時50分	10	30	5,100(4,100)
	ずばろ健康体操	金	6/27～9/12	午前11時10分～午後0時40分	10	30	5,100(4,100)
	バドミントン初級	火	7/15～9/30	午前10時～正午	10	15	7,000(5,600)
	バドミントン中級	火	7/15～9/30	午前10時～正午	10	15	7,000(5,600)
	卓球集中講座～ツツキ打ち～	火	7/15～7/29	午前10時～正午	3	10	2,700(2,100)
	卓球入門	火	7/15～9/30	午前10時～正午	10	15	7,000(5,600)
	卓球初級	木	6/26～10/9	午後1時～3時	10	15	7,000(5,600)
	卓球中級	木	6/26～10/9	午後1時～3時	10	15	7,000(5,600)
	テニス入門	木	6/26～10/2	午前9時～11時	10	10	8,900(7,100)
	テニス初級	水	6/25～9/24	午後1時～3時	12	10	10,600(8,500)
	テニス初中級	火	7/15～9/30	午後1時～3時	10	10	8,900(7,100)
水		6/25～9/24	午後3時～5時	12	10	10,600(8,500)	
木		6/26～10/9	午後1時～3時	10	10	8,900(7,100)	
テニス中級	火	7/15～9/30	午後3時～5時	10	10	8,900(7,100)	
	木	6/26～10/9	午後3時～5時	10	10	8,900(7,100)	
	金	6/27～9/5	午後1時～3時	10	10	8,900(7,100)	
5・6歳	キッズショートテニス	月・金	7/14～9/29	午後3時～4時	15	8	10,200
小1～3	ジュニアショートテニス	月・金	7/14～9/29	午後4時～5時	15	10	9,100
小4～6	ジュニアテニス	月・金	7/14～9/29	午後5時～6時	15	10	9,100
小1～6	Jr. Hip. Hop	水	6/25～9/10	午後4時40分～5時50分	10	15	7,000

申込 5/24(土)～6/7(土)の午前9時～午後8時に電話か直接窓口でお申し込みください。  
 抽選 6/8(日)午後2時から。受講料納入期間 6/10(火)～23(月)の午前9時～午後8時。

対 象	種 目	曜日	開講期間	時 間	回数	定員(人)	受講料(円)
中級レベルまで (年齢は問いません)	①マンツーマン卓球	火	6/4～25 (1回完結)	午後4時10分～5時	1	①1 ②2～4	①3,100
	②プライベート卓球	水					②4,000
あらゆるレベルの方 (年齢は問いません)	①マンツーマンテニス	木	6/5～26 (1回完結)	午前11時10分～11時55分 または正午～午後0時45分	1	①1 ②2～4	①3,100
	②プライベートテニス						②4,000
5～6歳	たいいくあそび	木	6/5～9/25	午後4時15分～5時15分	12	10	7,300
小1～6	ジュニアフットサル	木	6/5～7/24	午後5時～6時	7	10	4,200

申込 5/11(日)～17(土)の午前9時～午後8時に電話か直接窓口でお申し込みください。  
 抽選 5/18(日)午後2時から。受講料納入期間 5/20(火)～26(月)の午前9時～午後8時。

〈共通事項〉※受講料の( )内の金額は、65歳以上の方(受講期間中に65歳になる方も含む)および身体に障がいのある方の受講料です。申し込み時に年齢を証明できるものか各種手帳をお持ちください。  
 ※受講料のほか、入館ごとに施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。  
 ※体育館で開催される行事の都合などにより、種目によっては休講する週があります。

詳細 豊平区体育館 ☎855-0791