

にし西

■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 641-2400 内線224~227 FAX 641-2405

◎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
毎週月曜日午前11時～

◎西区協力番組「西区まちセン最前セン」同局毎週木曜日午前11時～

◎西区ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/nishi/>

◎区民のページ 2009・4



まちの人

西町地区福祉のまち推進センター 事務局長

もちづき ひろこ
望月 弘子さん (68)

福祉のまち推進センター

「福祉のまち推進事業」を進めていくために、おおむね連合町内会ごとに設けられている組織。「福祉のまち推進事業」は、少子・高齢化が進む中、地域ぐるみで互いに支え合う環境を整えることを目指して、社会福祉協議会と札幌市が協力して行っているもので、独居高齢者の見守り、交流、家事支援、除雪支援など、地域に密着した活動をしている。



■地域福祉マップ作成の様子

宮の沢在住の望月さんが事務局長を務める西町地区福祉のまち推進センターが、三月五日に札幌市の「ぬくもり・すこやか表彰」を受けました。この表彰は保健福祉分野で模範的な取り組みを行っている個人・団体が対象で、同センターの「地域福祉マップ」作りなどの取り組みが評価されたものでした。

「地域福祉マップ」は高齢者が住んでいる住宅が分かるように地図上に印を付けたもの。どこにどのような高齢者が住んでいるかが一目で分かるため、独居高齢者の日常の見守り活動に役立っています。

区民のページで取り上げてほしいテーマなど、皆さんのご希望やご意見をお寄せください。はがきファックスEメール nishi@city.sapporo.jp で西区総務企画課広聴係上欄へ。

地域のため = 自分のため

「マップを作り始めたころはノウハウが無くて試行錯誤の連続でした。完成できたのは協力してくれた地域の皆さんのおかげ」と望月さんは感慨深げです。さらに「マップでできました。ハイ終わり」では意味がない」との思いから、マップを基に、誰が誰の安否確認をするかを決めて連絡網を作るなど、災害などの緊急時にも慌てずに対応できる体制を整えています。

これらの取り組みについて、ほかの地区から頼まれて勉強会の講師役を務めたことも何度もありました。「取り組みがほかの地区に広がっていくことはうれしい」と望月さんはほほ笑みます。

「地域の福祉は一人ではどうにもなりません。今の活動があるのは地域の皆さんの熱意と協力があつてこそ」と、望月さんは「地域住民の輪」の大切さを強調します。

「自分が老後に住みたい町にならばいいな」という思いで、支えてくれる仲間たちと楽しみながら活動していると望月さん。「いつか引退したら、この温かい町でのんびりと過ごすのが夢」とさわやかに語ってくれました。

いいものたくさん!
×ド
MADE
IN
西 区

福祉施設
版



①ポストカード（めだか共同作業所）②エコバッグ（ともに福祉会）
③ポストカード（ともに福祉会）④木製三輪車（三和荘）
⑤サービスランチAセット（KOKOLI Cafe）⑥クッキー（三和荘）

障がいのある方が生き生きと作業や活動をしている「地域活動支援センター」や「地域共同作業所」などの障がい者福祉施設。西区には約30カ所あり、約650の方が区内外から通い、心のこもった商品の製造や販売をしています。

今日は、そんな施設の活動内容と製品を紹介します。

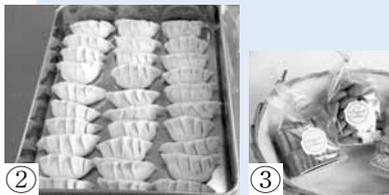
手作りにこだわった
良質の一品を

「北海道産・国産の材料にこだわり、質のいいものを自分たちの手で作ることににより、創造することの楽しさを日常に。障がい者の人生を充実させたい」そんな思いで運営されている「三和荘」と「ワークショップサンワ」。合わせて七十人の知的障がい者がクッキー、パン、めん類などの食品やおもちゃなどの木工品、紙すきによる便せんなどを作っています。

作業場では道具を改良したり、工程を分かりやすくするなど、障がい者に配慮した工夫がたくさん。三和荘施設長の源津政利さんは「障がいがあってもやり方を変えればできるように。私たち職員は一緒に作業しながら、彼らがどうしたらで



▲製めん機を使って生パスタを作っているところ



▲製品の一例（①幼児が乗れる木製三輪車②皮も手作りのギョーザ③クッキー）

きるのかをいつも考えています」と話します。

こうして、通所者と職員、みんな協力して作り上げた心のこもった製品が数多く出来上がっていました。

●製品を購入するには…

元気ショップ・元気ブック（本誌西区4ページ参照）、三和荘で。

●味わうなら…

①どさん粉うどん家三得 Tel. 251-3109

三和荘製造の手打ちめんを使用。
【営業時間】月曜～土曜日（祝日除く）
午前11時～午後6時（土曜日のみ午後1時30分まで）

②どさん粉麺やラーメンとギョーザ凡 Tel. 272-5181

三和荘製造のラーメン、チャーシュー、ギョーザを使用。
【営業時間】月曜～金曜日（祝日除く）
午前11時～午後2時30分

③KOKOLI Cafe Tel. 251-6868

三和荘製造のパン、生パスタを使用。
【営業時間】月曜～金曜日（祝日除く）
午前11時～午後6時（ランチタイム午前11時～午後3時。）

※①～③いずれも所在地は中央区北3条西7丁目緑苑ビル地下1階



▲KOKOLI CafeのサービスランチAセット。この日は手ごねパンとスープがメインでした。

三和荘
ワークショップサンワ

西区発寒7条9丁目4-47

Tel. 663-0201 FAX 663-0329

【開所時間】 月曜～金曜日（祝日除く）
午前8時30分～午後4時

身体・知的障がい者八人が通所し、午前は近くの印刷工場の清掃、午後は企業から委託された軽作業のほか、印刷工場で譲り受けた切れ端の紙などを使って、メモ帳やポストカードの製作に取り組んでいます。

ポストカードなどは一枚一枚印刷し、スタンプを押すなどした手作り、障がいの程度に合わせて、お互いにできない部分を補い合って完成させます。「バザーでは通所者自らも販売します。言葉で表現することが難しい方でも、自分が作った部分をアピールしたりして、目の前で売れるのを喜んでいるんですよ」と代表の木村ちよ子さん。障がいの程度によっては、紙の端と端を合わせて折れるようになるまでに何年もかかることも。それでも「決まった時間に家を出て、家族以外の人と過ごす時間は必要」と木村さんは温かく見守ります。こうした雰囲気を入り、遠くから通ってくる利用者もいます。

一人一人の大切な「居場所」として、温かい雰囲気の仕事所です。



温かい作業所だからこそ生まれる ほのぼのの製品



製品購入のチャンス!
西区民センターバザー
他の作業所からも出品あり

日時 4月15日(水)～17日(金)
会場 西区民センター(琴似2-7)
1階ロビー

◀メモ帳やポストカード。元気ショップ・元気ブック(次ページ参照)、作業所で購入できます。また、企業のロゴ入りなどのオリジナル製品の注文にも応じています。

NPO法人ふれあい めだか共同作業所

西区西町北18丁目2-1-101
Tel・FAX 667-4306

【開所時間】月曜～金曜日(祝日除く)
午前9時30分～午後3時30分



▲サインペンや水彩絵の具などを使い、画用紙や布製コースターなどさまざまな大きさの画材に個性豊かな作品が描かれていきます。

約四十人の知的障がい者が、将来的に企業などへ就職することを目標に、障がいの程度に合わせて、洗濯や清掃などの作業や箱折り、スタンプ押しなどの軽作業による訓練をしています。そのほか週に一度、午後の二時間程度、希望者が絵画を楽しむ、描いた絵は製品に活用され

(社福) ともに福祉会

西区発寒14条14丁目2-33

Tel 663-0200 FAX 663-0300

【開所時間】月曜～土曜日(祝日除く)
午前8時30分～午後5時15分
(土曜日のみ午後0時30分まで)

心の豊かさが伝わる個性的な作品がたくさん

完成までに半年かけたこだわりの作品や、大胆な色使いや構図の個性豊かな作品があります。「自分が描いた絵が製品になり、売れて収入が増えるのはやはりとてもうれしいようです」と職員の湯浅純子さん。すべての人が初めから絵を描けただけではなく、色塗りのみの人、アニメのキャラクターしか描けなかった人が次第に才能を開花させていったそうです。彼らの絵からは、心の豊かさが伝わってきます。

描かれた絵を使ったカレンダーやポストカード、エコバッグ。元気ショップ・元気ブック(次ページ参照)、「ともに福祉会」の事務室で購入できます。



キッチンとこだわり品の店
コン・プリオひだまり

西区琴似2条3丁目2-37サンハイム1階

Tel 615-4131 FAX 615-4132

【営業時間】 月曜～土曜日（祝日除く）
午前10時30分～午後6時30分



北海道内はもろろん、国内各
地から仕入れた国産・無添加の
食品を販売し、それらを使用し
た日替わり弁当の製造もしてい
る「コン・プリオひだまり」。
野菜、果物からクッキーやパ
ン、豆腐などの加工品、調味料
まで幅広く取り扱っているこの
店では、知的・精神障がい者
十四人が働いています。
「どんな人でも安心して納得
できるものを提供していますの
で、障がいのある
人がやっているお
店としてはなく、
普通のお店として、
商品の良さを見て
いただきたい」と
店長の永田陽子さ
ん。その心意気は



▲北海道産の有機野菜などが入荷したところ。商品の仕分けや値札付けも協力し合
って手早く進めていました。

▼日替わり弁当の調理場。この日はピーマンと肉の細切りいためメインのお弁当
でした。



安心して食べられるものを
提供したい

販売中！！
日替わり弁当

500円（店内でお召し上げの場合。
持ち帰り・配達の場合は520円）

月曜～金曜日（祝日除く）
午前11時30分～午後1時30分
※琴似周辺では2個以上の注文で
配達あり

通所者にも浸透しており、「仕
事場」として販売にも意欲的
です。「お客さんに掛ける第一声
はどうしたらよいか」「商品の
説明はどうしたらよいか」など、
みんなで自発的に話し合いなが
ら、改善しているそうです。
店名の「コン・プリオ」はイ
タリア語で「活気のある、生き
生きとした」という意味。店名
そのままに、障がい者が生き生
きと働く姿が印象的です。

今回紹介した施設以外の製品もたくさん！

こんなところでも購入できます

元気ショップ

札幌市内の小規模作業所や施設で作
られた製品を販売しています。
クッキーや天然酵母のパン、手芸品
や木工品など約500種類の品ぞろえです。

オーロラタウン		◆所在地◆
ふれあい 広場	定期券 発売所	中央区大通西2丁目 (地下鉄東西線大通駅コンコ ース内) TEL・FAX 210-1147
元気ショップ	バスセンターへ→ コンコース	◆営業時間◆
	←地下鉄改札へ	平日 午前8時～ 午後8時
	丸井今井 大通館	土日祝 午前10時～ 午後7時
		定休日 12月31日～1月2日

つきいっちょ
月1元気ショップ in JUSCO 発寒

左記の「元気ショップ」のよ
りすぐり商品を月に一度、販売
しています。50～60種類200点
以上そろえています。



▲2月に行われた元気ショップの様子。この
ときは時節柄ひなまつりグッズが多く販売
されていました。「パン・クッキーがよく売
れています」と元気ショップ店長の岩森優
子さんは話していました。



◆開催場所◆
西区発寒8条12丁目（ジャスコ札幌発寒店3階）
◆開催日◆
4月以降の日程は未定。左記「元気ショップ」
へお問い合わせください。



カタログ「元気ブック」

札幌市内の小規模作業所や施設で作られている約300種類の商品を掲載。元気シ
ョップの商品カタログとしてだけではなく、通販カタログとして、電話やファクスで注
文することもできます。

◆配布場所◆
上記「元気ショップ」で。



飛び交う雪玉と熱い声援

2月22日、農試公園で「第9回西区民雪合戦大会」が行われ、小学生の部16チームと中学生以上の一般の部6チームの総勢約230人が参加しました。

初戦から白熱した試合が展開され、応援に来た家族や友人からも「しっかり相手を狙って」などの声援が飛び交い、子どもから大人まで競技を楽しんでいました。



環境活動で街を元気づけよう

3月7日、西区民センターで「“地球に優しいまちづくり” 活動報告会とセミナー」が開催され、地域住民ら約150人が参加しました。

この日は、環境をテーマにした商店街の活動と街の活性化についての講演や、区内の商店街が取り組んでいるごみの減量化に向けた活動などについて話し合う「エコ商店街座談会」が行われました。



はっけよい、残った！

3月8日、西区民センターで「第22回西区少年少女相撲大会」が開催され、区内の2歳から小学6年生までの子どもたち約50人が参加しました。

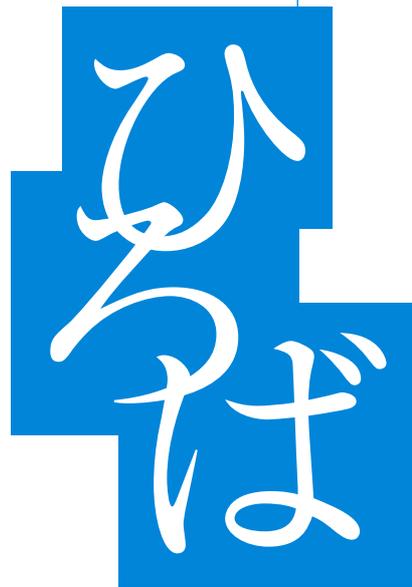
幼児の部では、一生懸命相手を押すほほましい姿などに、観客から温かい声援や拍手が送られていました。



笑顔で子どもを見守ります

3月10日、区内のホテルで「西区子どもの見守りネットワーク会議」が開催され、関係者ら約100人が参加しました。

この日は、(財)札幌市在宅福祉サービス協会西事業所から「えがお見守り隊」という地域パトロール活動についての発表や、少年育成指導員のさくらいまつあき櫻井松明さんによる講演などが行われました。



区内で行われた
行事を写真で
紹介します。



広告



4月11日からの内容です

人口 208,981人 男 97,303人
 (前月比-82) 女 111,678人
 世帯数 94,852世帯 (前月比+31)
 (平成21年3月1日現在)

定期夜間納税相談を
ご利用ください



日中に時間が取れない方のために、定期的に夜間の納税相談窓口を開設しています。
定期相談日時 毎週木曜日の午後5時30分～8時。

※祝・休日は開設しません。
会場 西区役所(琴似2-7) 2階③番窓口(庁舎裏側職員通用口からお入りください)。
持ち物 納税通知書、督促状、催告書のいずれか。
 ※このほか、臨時に夜間・休日の納税相談窓口を開設しています。日程などは、左記にお問い合わせください。
【詳細】 西区納税課Tel(641)2400(代表)

国民健康保険料
夜間・休日納付相談

夜間相談日時 4月23日(木) 午後5時30分～8時。
休日相談日時 4月26日(日) 午前10時～午後2時。

会場 西区役所(琴似2-7) 3階④番窓口(庁舎裏側職員通用口からお入りください)。
持ち物 印鑑、納付通知書または国民健康保険証。
 ※平成20年中の収入が平成19年中より激減したため保険料の納付が困難な方は、平成20年1月～12月の世帯の加入者全員の収入が確認できる書類(給与・年金の源泉徴収票または確定申告書の控えなど)。
【詳細】 西区保険年金課Tel(641)2400内線400

春の火災予防運動
4月20日(月)～30日(木)



春は空気が乾燥し風も強くなることから、火災が大変発生しやすい季節です。

たばこの投げ捨ては、林野火災などの原因となる恐れもありますので、絶対にやめてください。

また、火気の取り扱い不注意や放火による火災が発生していますので、火の取り扱い

には十分注意し、家の周りには燃えやすい物を置かないようにしましょう。

【詳細】 西消防署予防課Tel(667)2100

ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ

詳細は本誌28ページをご覧ください。

日時 左表の通り。

会場 西保健センター(琴似2-7)。※駐車場が狭いため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

申込 不要。直接会場へ。
持ち物 母子手帳、予診票。
その他 対象者は体調の良いときに早めを受けてください。1歳を過ぎた子どもは、MRワクチン第1期の接種を優先してください。

【詳細】 西保健センターTel(621)4241

ポリオワクチン実施日程

月日	受付時間
5月8日(金)	午前9時15分～10時45分
5月11日(月)	
5月19日(火)	午後1時30分～3時
5月22日(金)	午前9時15分～10時45分
5月26日(火)	午後1時30分～3時
5月28日(木)	午前9時15分～10時45分

パークゴルフコースオープンのお知らせ

平成21年度のパークゴルフコースオープンは下表の通りです。天候、コース整備などにより変更する場合がありますのであらかじめご確認ください。なお、30人以上で使用するときは事前にお申し込みください(ただし各コースとも貸し切り利用はできません)。
【詳細】 西区地域振興課Tel641-2400内線237

コース名(所在地)	利用可能日時	オープン日
鉄興公園(発寒13-11)	水・木曜を除く毎日。午前7時～日没。	5月1日(金)
エイトグリーン(八軒9西7新川水処理センター敷地内)	月・木曜を除く毎日。午前7時～午後7時。	5月1日(金) ※工事のため、全面オープンは7月上旬。
せせらぎふれあい(西野6-1発寒川緑地内)	火・金曜を除く毎日。午前7時30分～日没。	5月6日(休)
はまなす(発寒3-1清水橋下)	火・金曜。午前8時30分～11時。	5月8日(金)
大空公園(発寒4-2発寒大空公園内)		
宮丘公園(西野290)	月・木曜を除く毎日。午前7時～午後7時。	5月9日(土)
五天山公園(福井504)	五天山公園管理事務所(Tel662-2424)へお問い合わせください。	

犬の登録と狂犬病予防注射を受けましょう

対象などは本誌28ページをご覧ください。なお、休診日は病院によって異なりますので、電話で各動物病院にご確認ください。

費用 登録手数料3,200円、注射手数料2,490円、注射済票交付手数料700円。

【詳細】 動物管理センターTel736-6134



動物病院名	所在地	電話
ことに動物病院	琴似3条4丁目3-14	615-1211
田村犬猫病院	西野1条1丁目1-1	661-7575
K-アニマルクリニック	西野3条10丁目10-6	671-6558
西野アニマルクリニック	西野7条2丁目8-10	665-0890
にいだ動物病院	二十四軒4条5丁目12-12	612-1201
発寒動物病院	発寒5条3丁目1-23	665-5400
ポプラ動物病院	発寒8条12丁目イオン札幌発寒内	375-0202
八軒動物病院	八軒4条西2丁目2-22	613-7578
カッラ犬猫病院	八軒6条東1丁目1-1	613-3322
Westアニマルクリニック	福井4丁目3-5	661-3933
愛ペットクリニック	宮の沢1条3丁目3-5	669-8558
山の手動物病院	山の手3条11丁目2-6	622-1122

西区からのお知らせ

子育てボランティア講習会日程

	実施日	時間	会場
1日目	6月11日(木)	午後1時30分～3時30分	西保健センター(琴似2-7)
2日目	6月15日(月)		
3日目	6月16日(火)～22日(月)の間に1回、近隣の子育てサロンなどで実習をします(午前10時～正午)。		

子育てサロン(午前10時30分～正午)

会場	所在地	電話	開催日(開始日)
平和児童会館	平和1-5	667-3359	毎週火曜日(4月14日)
二十四軒児童会館	二十四軒4-3	644-4730	毎週水曜日(4月15日)
西野児童会館	西野7-3	663-6355	
宮の沢児童会館	宮の沢1-5	666-5323	毎週木曜日(4月16日)
八軒児童会館	八軒7東1	631-7061	
発寒北児童会館	発寒13-4	664-9710	毎週金曜日(4月17日)
八軒北児童会館	八軒8西6	644-3643	
発寒児童会館	発寒7-7	666-0206	
手稲東児童会館	西町北10	661-7332	
山の手児童会館	山の手6-5	642-0118	

※駐車場がありませんので、車での来館はご遠慮ください。
 ※祝日や小学校の春・夏・冬休み期間中はお休みとなります。
 また、これ以外の日も中止となる場合がありますので、詳細は各児童会館へお問い合わせください。

環境漫画連載開始!

今月から、西区エコキャラクター「さんかくやまべエ」が、環境推進区・西区の活動を紹介する漫画「さんかくやまべエが行く。Ⅱ」を掲載します。

①ゆけ! エコ妖怪!

彼らに頼むか…

環境危機か…我が西区も立ち向かわなければ。

そしてさんかくやまべエ!

にーべエ

まるやまべエ

エコ妖怪たちの、エコをめぐる旅が再び始まる!

ほくも

あるべエ

環境問題を解決する方法は?…待て次号!

※環境活動手引き絵本「さんかくやまべエが行く。」は西区役所で配布中。西区役所ホームページ(<http://www.city.sapporo.jp/nishi/>)でもご覧いただけます。

子育て支援係から



▽子育てボランティア講習会
日時 左表の通り。全3回。
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 15人程度。無料。
申込 4月28日(火)午前9時から電話で。先着順。
 △平成21年度子育てサロン
 親子が自由に集い、気軽な交流が楽しめる場です。
開催日時・会場 左表参照。
対象・費用 0歳～就学前の

山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会
日時 4月14日、21日、28日の火曜。いずれも午後3時～3時30分。
▽たのしいおはなし会
日時・内容 4月18日(土)午後2時～2時20分「おだんごパン」^{ほか}。
 △小学生のためのおはなし会

子どもと保護者、これから親になる方、地域の方、ボランティアの方など。無料。
申込 不要。直接会場へ。
申込先・詳細 西区健康・子ども課子育て支援係TEL(641)2400内線484

第30回西区民軟式野球選手権大会



期間 5月上旬～9月下旬。

日時・内容 4月18日(土)午後2時30分～3時「ホットケーキ」^{ほか}。
▽子ども映画会
日時・内容 4月23日(木)午後3時30分～4時「ふらいばんじいさん」^{ほか}。
詳細 山の手図書館(山の手4-2)TEL(644)6822

対象 西区に在住または通勤する方で構成するチーム。
試合方法 予選はリーグ戦(1ブロック4チーム)。各ブロックの代表チームにより決勝トーナメントを実施。
費用 1チーム2万8千円。
申込 メンバー表(用紙は左記事務局で配布)を4月15日(水)までに、西区軟式野球連盟事務局坪茂夫さん宅(八軒10西2)TEL・FAX(611)0876へ持参またはファクスで。
その他 4月28日(火)午後7時から、西区民センター(琴似2-7)で、開会式と主将会議を行います。
詳細 西区地域振興課TEL(641)2400内線237

白ばら友の会に加入しませんか

西区明るい選挙推進協会では「白ばら友の会」への加入を随時受け付けています。
 「白ばら友の会」は、住民一人一人が明るくきれいな選挙に対する考えを深めるための自己啓発の場として組織されたものです。
 西区明るい選挙推進協会の委員が皆さんをお誘いしたときは、ぜひこの趣旨にご賛同いただき、加入をお願いしています。また、電話でも受け付けています。
詳細 西区選挙管理委員会事務局TEL(641)2400内線217

■はちけん地区センター講座

講座名	月日・曜日・回数	時間	定員	費用
紙バンド手芸講座	5月18日、25日(月) 全2回	午前10時～正午	10人	2,000円

※託児あり(子1人につき500円)。

■はっさむ地区センター講座

講座名	月日・曜日・回数	時間	定員	費用
パソコンワード超初心者入門	5月19日～28日(火)/(木) 全4回	午前9時30分～午後0時30分	20人	4,400円

■西野地区センター講座

講座名	月日・曜日・回数	時間	定員	費用
①パソコン教室ワード初級	5月11日～22日(月)/(水)/(金) 全6回	午後6時30分～8時30分	20人	4,500円
②お家でできるスープカレー	6月23日(火) 全1回	午前10時～午後1時	16人	2,000円
③生キャラメルとスパイシースイーツ	6月30日(火) 全1回	午後1時～4時	12人	2,000円
④お父さんのための基本料理	5月24日～6月14日(日) 全4回	午後1時～3時	12人	7,100円
⑤パソコン教室エクセル初級	5月12日～23日(火)/(木)/(土) 全6回	午後6時30分～8時30分	20人	4,500円
⑥ファット・バーニング～脂肪燃焼	5月1日～6月19日(金) 全8回	午後3時30分～4時30分	25人	2,900円
⑦おり紙で折る季節のお花	5月14日(木) 全1回	午前10時～正午	16人	300円
⑧簡単堆肥作り	5月8日(金) 全1回	午前10時～正午	20人	無料

※⑤は簡単な文字入力、マウス操作のできる方が対象。

■西区体育館スポーツ教室

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※	
一般(16歳以上)	卓球中級	午前9時30分～11時	6月2日～7月2日(火/木) 全10回	30人	6,100円(4,800円)	
	テニス	入門	午後3時～4時30分	5月27日～7月13日(月/水) 全10回	各10人	7,400円(6,000円)
		初中級	午後1時～2時30分	5月19日～6月26日(火/金) 全10回		
		中級	午後2時30分～4時			

※受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の()内は65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金。

はちけん地区センター講座

内容 左表の通り。

申込 4月27日(月)から費用を添えて直接来館。先着順。

申込先・詳細 はちけん地区センター(八軒6西2) TEL(611) 0966

はっさむ地区センター講座

内容 左表の通り。

申込 4月28日(火)～5月1日(金) 午前9時～午後5時(4月29日を除く)に電話で。先着順。

申込先・詳細 はっさむ地区センター(発寒10-4) TEL(662) 8411

西野地区センター講座



内容 左表の通り。

申込 ①～④4月14日(火)、⑤～⑧4月15日(水)に電話で。受付時間は午前9時～正午。多数時抽選。

申込先・詳細 西野地区センター

1(西野4-2) TEL(666) 5550

西区体育館から

▽ひざ痛予防教室

日時 5月19日～7月31日の火曜と金曜。いずれも午後2時～3時30分。全22回。

対象 40歳～74歳の方。

定員 20人。

費用 未定(詳細はお問い合わせください)。

申込 4月11日(土)～28日(火) 午前9時～午後9時(20日を除く)に直接来館か電話で。多数時抽選。

▽スポーツ教室

内容 左表の通り。

申込 4月27日(月)～5月8日(金) 午前9時～午後9時に直接来館か電話で。多数時抽選。抽選結果は5月10日(日)午後3時以降に電話などで確認してください。

申込先・詳細 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(662) 2149



広告