

お知らせ



ホームページ www.city.sapporo.jp/somu/koho-shi/link.html 市コールセンター ☎222-4894、FAX221-4894、Eメール info4894@city.sapporo.jp

お知らせの見方

- ☐ = 内容
- 🕒 = 日時
- 📍 = 会場
- 👤 = 対象
- 📅 = 定員
- 💰 = 費用
- 📄 = 申込
- ☎ = 電話
- FAX = ファクス
- E = Eメール

- (先着) = 先着順
- (抽選) = 多数時抽選

HP = 上記ホームページに詳しい内容を掲載しているもの。
 なお、📄の項目に**HP**がある場合は、申し込みも可能です。
CC = 上記市コールセンターへ申し込むもの。
 申し込み方法は電話、ファクス、Eメール（ファクス、Eメールの場合には右記必要事項を記入）。

主な施設からのお知らせの中にある記号

- ☑️ = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの
- 👤 = 当日直接参加するもの
- 📄 = 申し込みを要するもの
- 👦 = 子ども向けの催し

※21日「趣味・教養」以降のお知らせのうち、費用、申し込み方法の記載がない場合は、それぞれ無料（ただし入館料が必要な施設あり）、当日直接会場へ行く催しです。

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

※本誌掲載の施設や行事の中には、高齢者や障がい者などの料金が割引・無料になるものもあります。また、施設によって受付時間が異なります。詳しくはお問い合わせください。
 ※「主な施設からのお知らせ」の費用は入館料を含んでいます。

主な施設からのお知らせ

青少年科学館 〒004-0051 厚別区厚別中央1の5 ☎892-5001 FAX 894-5445 E tenji@ssc.slp.or.jp HP www.ssc.slp.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
字幕付きプラネタリウム	字幕付きの星空解説、オート番組の投影	11/12(金)午後1時50分～2時50分、13(土)午後2時20分～3時20分	—	500円。中学生以下無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎892-5004
市天文台夜間公開	ヘガス座、アンドロメダ座	11/12(金)、13(土)、26(金)、27(土)、12/10(金)午後7時～9時	—	無料	当日直接会場へ。会場は市天文台(中央区中島公園内)。悪天時は天文に関する質疑応答を実施。当日午後6時以降、市天文台☎511-9624へ確認
イブニングプラネタリウム	プラネタリウムの夜間上映	11/13(土)午後7時～7時50分	200人。中学生以下の方は保護者同伴	500円。中学生以下無料	当日午前9時30分から観覧券販売。(先着)。午後4時にいったん販売を終了し、6時30分から再開。問い合わせは☎892-5004
科学館天体観望会	月、木星、秋の星座	11/13(土)午後7時～9時	—	無料	当日直接会場へ。悪天時は中止。当日午後6時以降、青少年科学館☎892-5004へ確認
4次元デジタル宇宙シアター	宇宙の広さを感じる、星が飛び出す立体シアター	11/20(土)、21(日)、23(祝)、27(土)、28(日)午前10時30分、11時、11時30分、午後1時、1時30分、2時、2時30分、3時	各回60人	700円。中学生以下無料	当日青少年科学館特別展示室へ直接。(先着)。問い合わせは☎892-5004
北海道科学技術振興作品展	小中学生の自由研究の優秀作品を展示	11/21(日)～23(祝)	—	無料	当日直接会場へ
ちびっこワークショップ(子ども)	①スライム②サンタクロースの袋の中が見える透視スコープ作り	①は11/13(土)、14(日)、②は12/4(土)、5(日)。いずれも正午～午後3時	3歳以上の未就学児とその保護者	無料。同伴の保護者は700円	当日直接会場へ
科学館の工作室(子ども)	パラパラ漫画で流れ星が見える作品制作	11/14(日)、21(日)、23(祝)、28(日)午後1時、2時、3時	小中学生各回12人	200円	当日午前11時から配布する整理券が必要。(先着)
大学生による親子ロボット教室(子ども)	親子でのオリジナルロボット製作やコンテストを行う2日間	11/23(祝)・28(日)午前9時30分～午後4時30分	小学3年～6年の子とその保護者15組	無料	FAX、E、直接。上記必要事項を記入し、11/14(日)までに青少年科学館へ。(抽選)
サイエンジャー科学教室(子ども)	①実験を通して科学マジックの種を解く ②顕微鏡での植物観察としおり作り	①は11/27(土)午前10時～11時20分、午後1時～2時20分、②は12/18(土)午前10時～11時、午後1時～2時	小中学生各回30人	無料。同伴の保護者は700円	FAX、E、直接。上記必要事項を記入し、①は11/18(木)、②は12/9(木)までに青少年科学館へ。(抽選)

お知らせの見方 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 料=費用 申=申込 (先着)=先着順 (抽選)=多数時抽選

☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール CC=市コールセンター(14番) HP=ホームページ(14番)に詳しい内容を掲載しているもの

(要確認)=詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの 子ども=子ども向けの催し

生涯学習総合センター [ちえりあ]

〒063-0051 西区宮の沢1の1 HP chieria.slp.or.jp

■生涯学習センター ☎671-2200 FAX 671-2233

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
ロビーコンサート	フルートとピッコロによる演奏	12/4(出)正午～午後0時30分	—	無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎671-2311
ご近所先生企画講座講師募集説明会	市民自身が企画・運営を行う来春開講の講座の講師を募集	12/4(出)、5(出)午後2時～3時30分	—	無料	はがき、FAX、直接。右ページ必要事項を記入し、12/3(金)(必着)までに生涯学習センター(ちえりあ内、FAX671-2334)へ。5(出)の会場は厚別区民センター(厚別区厚別中央1の5)。問い合わせは☎671-2311
親子で楽しむゴスペルソング 子ども	ゴスペルを歌いながら、アメリカの社会や歴史、文化を考える	来年1/10(祝)午前10時～正午	小中学生とその保護者20組40人	1組1,400円	はがき、FAX。右ページ必要事項を記入し、11/25(木)(必着)までに生涯学習センター(ちえりあ内、FAX671-2334)へ。(抽選)HP。問い合わせは☎671-2121
子どもパソコン教室 子ども	写真を撮って簡単な画像処理などを行う	来年1/14(金)・15(土)午前10時～正午	小学3年～中学生30人	2,400円	
子ども料理教室・冬 子ども	カキの土手鍋や、いとこ煮を作り、その土地の歴史や風土を学ぶ	来年1/22(土)午前10時30分～午後1時30分	小学3年～中学生とその保護者12組24人	1組1,400円	
市民カレッジ (要確認)	<p>●申込有料。申し込みは11/25(木)までにはがきを送付か、FAX671-2334。(抽選)HP。問い合わせは☎671-2121</p> <p>①はじめての銅版画=来年1/13(木)開講全8回 ②パソコンをゆっくり学ぼう=来年1/13(木)開講全12回 ③パソコンをじっくり学ぼう=来年1/13(木)開講全12回 ④ワードで会報誌を作ろう=来年1/16(日)開講 ⑤プレゼン力をアップする=来年1/17(日)開講全6回 ⑥イベント運営のノウハウを学ぶ=来年1/18(火)開講全7回 ⑦ビジネスに必要な文章技術=来年1/18(火)開講全7回 ⑧事業主になるために未来のホームページを作ってみる=来年1/18(火)開講全7回 ⑨はじめての茶の湯=来年1/18(火)開講全7回 ⑩おうちでできるバリエーションストレッチ=来年1/18(火)開講全8回 ⑪Webビジネスを変える!ITツールの上手な使い方=来年1/19(水)開講全4回 ⑫読み聞かせ・朗読入門=来年1/19(水)開講全7回 ⑬アクセス入門講座=来年1/19(水)開講全7回 ⑭写真表現を学ぶ=来年1/21(金)開講全7回 ⑮はじめてのヨガ=来年1/21(金)開講全7回</p>				
ご近所先生企画講座 (要確認)	<p>●申込有料。いずれも全5回。申し込みは11/25(木)までにはがきを送付か、FAX671-2334。(抽選)HP。問い合わせは☎671-2121</p> <p>①初めて作る木目込みのお雛様=来年1/19(水)開講 ②キレイを導く簡単肌ケアと食事=来年1/19(水)開講 ③リフレッシュ体操&ストレッチ=来年1/19(水)開講 ④オカリナはじめてみませんか=来年1/19(水)開講 ⑤ワードで楽しく制作=来年1/19(水)開講 ⑥風味豊かな台湾茶を愉しもう=来年1/19(水)開講 ⑦ビジネスは見た目から=来年1/19(水)開講 ⑧カラー書道ヒーリングかな編=来年1/19(水)開講 ⑨絵本と家族とコミュニケーション=来年1/20(木)開講 ⑩キッチンでできるスキンケア=来年1/20(木)開講 ⑪簡単すっきり格闘技エクササイズ=来年1/20(木)開講 ⑫暮らしに役立つエコ講座=来年1/20(木)開講 ⑬お試茶の湯=来年1/20(木)開講 ⑭楽しく歌おうファミリーコーラス=来年1/20(木)開講 ⑮男性限定・アロマ活用術=来年1/20(木)開講 ⑯身の丈起業のすすめ=来年1/20(木)開講 ⑰はじめての生活分析入門=来年1/21(金)開講 ⑱Salsa=来年1/21(金)開講 ⑲アロマでハンドメイド・応用編=来年1/21(金)開講 ⑳英米の伝承童話・その面白さ=来年1/21(金)開講 ㉑世界でひとつだけの万華鏡=来年1/21(金)開講 ㉒白い器にあなただけのデザイン=来年1/22(土)開講 ㉓おしゃべり介護お悩み講座=来年1/22(土)開講 ㉔中国語で漢詩を読もう=来年1/22(土)開講 ㉕イタリアへ行こう=来年1/22(土)開講 ㉖能「鶴亀」を楽しむ=来年1/24(日)開講 ㉗触れてみようインターネット=来年1/24(日)開講 ㉘はじめてのフラダンス=来年1/24(日)開講 ㉙アロマの香りで美ボディ大作戦=来年1/24(日)開講 ㉚はじめての和太鼓道場=来年1/24(日)開講 ㉛初心者のための入門太極拳2=来年1/24(日)開講 ㉜パステルの世界を描きましょう=来年1/24(日)開講 ㉝なるほどパソコン入門講座=来年1/25(火)開講 ㉞笑顔のコミュニケーション=来年1/25(火)開講 ㉟ひとりでの指圧教室=来年1/25(火)開講 ㊱楽しい絵手紙を描きましょう=来年1/25(火)開講 ㊲ベリーダンスを楽しもう=来年1/25(火)開講 ㊳ホメて育てる人間関係=来年1/25(火)開講 ㊴はじめての基本ヘアアレンジ=来年1/25(火)開講</p>				

■リサイクルプラザ宮の沢 ☎671-4153 FAX 671-4156 HP www.sapporo530.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考	
食卓テーブルフェア	食卓テーブル10台程度や、たんす、戸棚などを抽選で販売	11/1(月)～14(日)	—	—	期間中にリサイクルプラザ宮の沢へ直接。11/16(火)午前10時から公開抽選会を開催し、午後1時から当選者を発表。1人1点	
市民交流広場	常設コーナー	ごみ減量の情報展示コーナー、おもちゃの病院、エコ商品販売など	11/24(水)～28(日)午前10時～午後6時。相談・修理、最終日は午後3時30分まで	—	無料	当日直接会場へ
	ふれあい教室	①傘布でコサージュ作り②段ボール式生ごみ堆肥化③亀の子風アクリルたわし作り④古布でコサージュ作り	①は11/24(水)、②は25(木)、28(日)、③は26(金)、④は27(土)。いずれも午前10時30分～正午、午後1時30分～3時	各回5人	200円	11/11(木)からリサイクルプラザ宮の沢へ。(先着)
リフォーム教室 (要確認)	<p>●申込有料。申し込みは11/30(火)までにリサイクルプラザ宮の沢へ。(抽選)。会場は二十四軒サテライト(西区二十四軒4の1)</p> <p>①廃材でクリスマスツリー作り=12/5(日) ②年末大掃除グッズ・余り毛糸でモップ作り=12/12(日)</p>					

**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

若者支援総合センター・若者活動センター

※講座は18歳～34歳(高校生を除く)が対象 HP www.sapporo-youth.jp

施設名	内容	施設名	内容
中央 (中央区南4東4) ☎241-8439	☎有料。11/19(金)から順次開講。申し込みは11/11(木)から☎、直接。(先着) ①レラカムイによるバスケットボール ②パン作り	豊平 (豊平区豊平8の11) ☎823-5256	☎有料。12/8(木)開講。申し込みは11/11(木)から☎、E (toyohira@sapporo-youth.jp)、直接。(先着) ①初心者デジカメワークショップ
アカシア (東区北22東1) ☎752-7959	☎有料。12/3(金)開講。申し込みは11/13(土)から☎、E (akashia@sapporo-youth.jp)、直接。(先着) ①七宝焼きで作るアクセサリ		

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
(総合センター) 思春期の メンタルヘルス	精神科医斎藤環氏が引きこもり問題を中心に講演	11/23(木)午後1時～4時	100人	無料	☎、E、直接。上欄必要事項を記入し、11/11(木)から若者支援総合センター(中央区北8西24、☎631-7647、E center@sapporo-youth.jp)へ。(先着)。会場は教育文化会館(左ページ)。問い合わせは☎631-8008
(総合センター) 冬の吹奏楽祭	吹奏楽団体の合同演奏会	11/28(日)午後7時～9時	436人	600円。前売り500円	☎、E、直接。上欄必要事項を記入し、11/11(木)から若者支援総合センター(中央区北8西24、☎631-7647、E center@sapporo-youth.jp)へ。(先着)。会場はちえりあ(15ページ)。問い合わせは☎631-7647

札幌コンサートホール[Kitara]

☎064-8649 中央区中島公園内 ☎520-2000 FAX 520-1575 HP www.kitara-sapporo.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
クリスマス オルガン コンサート	パイプオルガンのソロや高校生合唱団によるクリスマス名曲集	12/18(土)午後5時	小学生以上の方1,782人	2,000円。小学生～高校生500円	チケットは市内プレイガイドで発売中。問い合わせはKitaraチケットセンター ☎520-1234

彫刻美術館

☎064-0954 中央区宮の森4の12 ☎642-5709 FAX 616-0900 HP www.hongoshin-smos.jp

行事名	内容
休館	11/15(月)～12/17(金)は改修工事や展示替えなどで休館します

エルプラザ内公共施設

☎060-0808 北区北8西3エルプラザ内 HP www.danjyo.sl-plaza.jp/information

■男女共同参画センター ☎728-1222 FAX 728-1229

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
女性に対する 暴力をなくす 運動講演会	性差別や暴力について弁護士が講演	11/22(月)午後6時30分～8時30分	60人	800円	11/11(木)から男女共同参画センター ☎728-1255へ。(先着)。託児(1歳～未就学児)希望者は11/19(金)までに申し込み。問い合わせは☎728-1255

■消費者センター ☎728-3131 FAX 728-2112 ※相談専用☎728-2121

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
消費生活講座	老後のお金や医療、介護などの基礎知識	11/19(金)・25(木)・26(金)・12/1(土)午後1時～3時	50人	無料	11/11(木)から消費者センターへ☎。(先着)。託児(1歳～5歳)希望者は同時に申し込み(先着5人)
消費者の つどい	子どもの心と体について考える講演	11/27(土)午前10時～午後3時	90人	無料	11/15(月)から消費者協会☎728-8300へ。(先着)。託児(2歳～5歳)希望者は同時に申し込み(先着8人)
体験テスト講座	化粧品などにも使われている、砂糖の新しい用途	11/29(月)午後1時30分～3時30分	36人	無料	11/11(木)から消費者センターへ☎。(先着)
体験テスト講座 受講団体募集	洗濯、食品添加物、食味テストなど7項目の中から選択	12/2(木)午前10時30分～正午、午後1時30分～3時	小学生以上で10人～30人の団体各1組	無料	

■市民活動サポートセンター ☎728-5888 FAX 728-7280 E12@shimin.sl-plaza.jp HP www.shimin.sl-plaza.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
役に立つ! 助成金の あれこれ	助成金の果たす役割や獲得のノウハウを、事例を基に学ぶ	11/26(金)午後6時30分～8時30分	市民活動を行っている方が興味がある方30人	無料	☎、FAX、E、直接。上欄必要事項を記入し、11/11(木)から市民活動サポートセンター(エルプラザ内)へ。(先着)

■環境プラザ ☎728-1667 FAX 728-1400 Eecoplaza@kankyo.sl-plaza.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
北海道 動物の人	札幌在住の作家林心平氏が①エゾシカ、②オオカミの各専門家と対談	①は11/27(土)、②は12/11(土)。いずれも午後6時～8時	各80人	500円	☎、FAX、E、直接。上欄必要事項を記入し、11/11(木)から環境プラザ(エルプラザ内)へ。(先着)
エコ+1 子ども	買い物ゲームを通して環境に配慮した買い物方法を学ぶ	12/11(土)午前10時～正午、午後1時～3時	小学生	無料	当日直接会場へ

お知らせの見方 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 費=費用 申=申込 (先着)=先着順 (抽選)=多数時抽選

☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール CC=市コールセンター(14番) HP=ホームページ(14番)に詳しい内容を掲載しているもの

(要確認)=詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの 子ども=子ども向けの催し

教育文化会館 〒060-0001 中央区北1西13 ☎271-5822 FAX 271-1916 HP www.kyobun.org

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
子どものためのオペレッタ公演	市内の小中学生・高校生とプロのオペラ歌手による「小人の靴屋」の公演	来年1/10(祝)午後2時、4時	各360人	1,000円。18歳以下(大学生を除く)500円	チケットは11/11(木)から教文プレイガイドで発売

リンケージプラザ 〒060-0001 中央区北1西9

■博物館活動センター ☎200-5002 FAX 200-5003 HP www.city.sapporo.jp/museum

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
スノーシューで円山歩き	雪の上を歩きながら、木の冬芽や動物の足跡を観察	12/25(土)、来年1/15(土) 午前10時～正午	小学生以上の方各20人。小学生は保護者同伴	無料	はがき、☎、FAX、直接。上欄必要事項を記入し、12/6(月)(必着)までに博物館活動センター(リンケージプラザ内)へ。(抽選)

■ボランティア研修センター ☎223-6005 FAX 261-8881 HP www.sapporo-shakyo.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
障がいを考える講演会	パラリンピック出場者などによる講演会	11/24(水)午後5時～7時30分	300人	無料	☎、FAX。上欄必要事項を記入し、11/11(木)からボランティア研修センターへ。(先着)。会場はエルプラザ(右ページ)
研修会(要確認)	☎222-4894 ①子どもへの音楽療法ボランティア=12/14(火) ②高齢者への音楽療法ボランティア=12/14(火)				

■ボランティアセンター ☎219-1737 FAX 261-8881

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
在宅ボランティア講座	在宅介護を学ぶ。ボランティア体験もあり	11/30(火)～12/17(金) 全6回	20人	1,000円	☎、FAX。上欄必要事項を記入し、11/11(木)からボランティアセンターへ。(先着)

芸術の森 〒005-0864 南区芸術の森2 ☎592-5111 FAX 592-4120 HP www.artpark.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
クリスマスアート展	クリスマスにちなんだクラフト作品を展示	11/13(土)～12/26(日)	—	無料	当日直接会場へ。会場は工芸館。問い合わせは☎592-4122
木版画で年賀状作り3日間	木版画の基本を学び、多色刷り年賀状を作るワークショップ	12/4(土)・11(土)・12(日) 午前10時30分～午後4時	初心者12人	5,500円	往復はがきに上欄必要事項を記入し、11/20(土)(必着)までに芸術の森へ送付。(抽選)。会場は版画工房。問い合わせは☎592-4122
札幌・昭和30年代ギャラリーツアー	展示作品を見ながら学芸員が解説	12/11(土)、25(土)、来年1/15(土)、29(土) 午後2時～2時40分	—	700円。高校生・大学生350円、小中学生150円	当日直接会場へ。会場は芸術の森美術館。問い合わせは☎591-0090
工芸講習会(要確認)	☎592-4122へ。申し込みは①②④⑤、⑧～⑩は11/12(金)から☎592-4122へ。(先着)。③⑥⑦は11/20(土)までに往復はがきを送付。(抽選)。問い合わせは☎592-4122。申し込み状況により中止する場合があります 【陶芸】①やさしい手ろくろで気軽に陶芸家気分!=12/18(土) 【染色】②型染で干支模様の飾りを作る=12/23(祝) 【手織】③手織1日体験マフラーを織る=12/12(日) 【七宝】④自由制作2日間=12/4(土)・18(土) ⑤有線七宝で作る干支のミニ額絵2日間=12/11(土)・12(日) 【木工】⑥お正月干支飾り(ウサギの親子)=12/17(金)、18(土) 【七宝・木工合同企画】⑦かわいいクリスマスリース作り2日間=12/7(火)・8(水) 【子ども教室】⑧陶芸・電動ろくろを回して器を作ろう=12/4(土)、5(日) ⑨ガラス・クリスマスパーティーで使うケーキ皿とミニグラスセット作り=12/5(日)、19(日)、23(祝) ⑩染色・雪だるまりを作ろう!=12/11(土) ⑪陶芸・やさしいまつくりでカップを作ろう=12/11(土)、12(日) ⑫版画・簡単エンボスカード作り=12/18(土) ⑬陶芸・子ども自由制作=12/19(日) ⑭ぼかし絵付け小皿=12/23(祝)				

広告

**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

緑のセンター HP www.sapporo-park.or.jp

■豊平公園緑のセンター 〒062-0905 豊平区豊平5の13 ☎811-6568 FAX 811-7338 ※緑の相談専用☎811-9370

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
展示会	①洋ラン ②シクラメン ③クリスマス	①は11/16(火)～21(日)、 ②は23(祝)～28(日)、③は 30(火)～12/25(土)	—	無料	当日直接会場へ
クラフト講習会	①押し花で年賀状 ②押し花でブックカバー&しおり ③アケビの正月飾り ④自然素材のリース	①は11/18(木)午前10時～正午、②は20(土)午後1時30分～3時30分、③は12/4(土)午前10時～正午、④は5(日)午前10時～正午	①②③は各20人、④は25人	①④は1,500円、②は1,000円、③は2,500円	
園芸教室	①洋ランの冬の管理 ②シクラメンほか冬の鉢花の室内管理③正月用ミニ盆栽作り	①は11/18(木)、②は23(祝)、③は12/18(土)。いずれも午後1時30分～3時30分	①②は各60人、③は20人	①②は無料、③は3,000円	11/11(木)から豊平公園緑のセンター☎811-6568へ。(先着)
コチョウランの植え替えサービス	自宅から持参したコチョウランの植え替えを個別に指導	11/25(木)午前9時～午後4時	45人	材料費実費	

■百合が原緑のセンター 〒002-8082 北区百合が原公園210 ☎772-3511 FAX 772-4741

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
展示会	つるや松ぼっくりで作ったクリスマス飾り	11/23(祝)～12/12(日)	—	130円	当日直接会場へ

円山動物園 〒064-0959 中央区宮ヶ丘3 ☎621-1426 FAX 621-1428 HP www.city.sapporo.jp/zoo

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
スミージャ ZOOナイト	夜の動物園で動物観察や食事を楽しむ	12/8(木)午後6時30分～8時30分	30人。20歳未満の方は保護者同伴	6,300円	11/26(金)までにCC。(抽選)。問い合わせは市コールセンター☎222-4894
冬の一日飼育係 <small>子ども</small>	餌作りや動物舎の清掃体験など	12/25(土)、27(日)午前8時45分～午後2時	参加経験のない小学4年～6年各12人	無料	往復はがきに上欄必要事項を記入し、12/12(日)(必着)までに円山動物園へ送付。(抽選)

豊平川さけ科学館 〒005-0017 南区真駒内公園内 ☎582-7555 FAX 582-1998 HP www.sapporo-park.or.jp/sake

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
サケ皮で靴作り	サケの皮をはいで、靴を作る2日間講習	12/5(日)・19(日)。午前コース=午前9時30分～正午、午後コース=午後1時30分～4時	小学4年以上の方各10人。小学生は保護者同伴	50円	往復はがきに上欄必要事項(氏名・学年は参加者全員)を記入し、11/27(土)(必着)までに豊平川さけ科学館へ送付。(抽選)
季節展示 サケの卵	膜が透けて稚魚の目が見える卵を展示	来年1/10(祝)まで	—	無料	当日直接会場へ

国際プラザ 〒060-0001 中央区北1西3札幌MNビル ☎211-3670 FAX 211-3673 HP www.plaza-sapporo.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
食で知る韓国	韓国人講師による料理教室とセミナー。 ①韓国のおやつ ②冬の家庭料理	①は11/26(金)、②は12/16(木)。いずれも午前10時30分～午後1時	各36人	①は500円、②は700円	往復はがき、FAX。上欄必要事項を記入し、①は11/15(月)、②は12/1(木)(いずれも必着)までに国際プラザ(FAX232-3833)へ。(抽選)。会場はエルプラザ(16ページ)。問い合わせは☎211-2105
読書会	アメリカに関する本を持ち寄り、紹介し合う	11/27(土)午後1時30分～3時	30人	無料	11/11(木)から国際プラザ☎211-2105へ。(先着)。問い合わせは☎211-2105
NGO活動紹介パネル展	国際協力に取り組む道内の市民団体の活動を紹介	12/6(月)～10(金)	—	無料	当日直接会場へ。会場は市役所ロビー。問い合わせは☎211-2105
ロシアを知るセミナー	ロシアと日本のボランティア活動の類似点や相違点などを学ぶ	12/17(金)午後6時30分～8時	80人	無料	11/11(木)から国際プラザ☎211-2105へ。(先着)。問い合わせは☎211-2105
絵本読み聞かせ <small>子ども</small>	「どろんごハリー」などの日本語版と英語版を読む	12/4(土)午前11時～正午	小学3年以下の子とその保護者20組	無料	

体育施設

※詳細は各施設へお問い合わせください

■スポーツ教室

施設名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	要申込 有料。12/1(木)から順次開講 ①クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ②ピラティス ③ボクササイズ ④マンツーマン卓球 ⑤テニス(少年少女、中学生、成人) ⑥少年少女バドミントン ⑦少年少女HIPHOP
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	要申込 有料。12/1(木)開講 ①少年少女フィギュア
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	要申込 有料。11/30(火)から順次開講 ①キッズフィギュアスケート ②マンツーマン卓球
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	要申込 有料。12/6(月)から順次開講 ①フラダンス ②フィットネスウオーキング ③ママヨガ ④フロルーシー ⑤からだにやさしい健康体操 ⑥ルーシーダットン ⑦ひざ・こし楽ラク体操 ⑧ピラティス ⑨ウエストシェイプヨガ ⑩からだ改善 ⑪懐メロ体操 ⑫背骨・骨盤体操 【一般開放】有料。11/10(火)、24(水)午前9時～午後5時 テニス、フットサル、バウンドテニス、ゲートボール、フリース ベース ※11/11(木)は施設整備日のため利用できません
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	要申込 有料。12/17(金)から順次開講 ①テニス(小学生、成人) ②ナイトヨガ ③キッズ・ジュニアフットサル(小学生) ④キッズベースボール(小学生)
藤野野外スポーツ 交流施設(南区藤野) ☎591-8111	要申込 有料。12/18(土)から順次開講 ①スキージュニアキャンプ ②幼児スキー(初めて) ③スキー授業のためのスキーレッスン ④スキー検定講座(ジュニアテスト、バッチテスト) ⑤スキースクール(クラスレッスン、プライベートレッスン) ⑥スノーボード(ジュニアキャンプ、テクニカルキャンプ、ク ラスレッスン、プライベートレッスン、初めての方の無料 体験レッスン) ⑦レディースボードレッスン(初心者) ⑧リージュ体験会 ⑨スケルトン体験会 ⑩スノースケートブチレッスン

■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	要申込 有料。来年1/7(金)から順次開講。申し込みは11/23 祝までに、①～④は往復はがき、⑤～⑧ははがきを送付 か、直接。(抽選) ①親子 ②4歳児 ③幼児 ④少年少女 ⑤ヨガ ⑥バタフライ・平泳ぎ ⑦アクアビクス ⑧水中歩行 ⑨ストレッチヨガ ⑩スモールボール ⑪ピラティス

■水泳教室

施設名	内容
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	要申込 有料。①は12/12(日)開催、②～⑧は来年1/6(木)から 順次開講。申し込みは①は11/15(月)から配布する申込 書を持参。先着、②～⑤ははがき、⑥⑦⑧は往復はがき を12/10(金)までに送付か、直接。(抽選) ①白ぶウインターフェスタ ②シニア ③泳法別 ④成人 ⑤アクア ⑥親子水泳 ⑦少年少女 ⑧幼児
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	要申込 有料。12/8(水)から順次開講。申し込みは11/18(木)ま でに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①アクアビクス ②水中ウオーキング ③幼児 ④少年少女 ⑤成人 ⑥シニア ⑦親子
豊公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	要申込 有料。12/1(木)から順次開講。申し込みは①～③は 11/14(日)、④は12/11(土)までに往復はがきを送付か、 直接。(抽選) ①親子 ②3歳児 ③4歳児 ④幼児 ⑤少年少女 ⑥成人 ⑦シニア ⑧クロール ⑨バタフライ ⑩アクアエクササイズ ⑪シュノーリング ⑫らくらく健康スイミング ⑬ナイトタイムスイミング(幼児、少年少女) ⑭冬季短期(3歳、4歳、幼児、少年少女)
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	要申込 有料。来年1/4(火)から順次開講。申し込みは11/20 (土)までに直接。(抽選) ①幼児(4歳、5歳・6歳) ②小中学生 ③成人 ④シルバー ⑤水中運動 ⑥ピラティス・ヨガ ※12/4(土)～来年1/1(祝)は施設整備のため休館します
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	要申込 有料。12/7(火)から順次開講。申し込みは11/20(土)ま でに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シニア ③アクア ④少年少女 ⑤幼児(4歳、5歳・6歳)
西区体育館・温水プール (西区発寒5の8) ☎662-2149	要申込 有料。来年1/6(木)から順次開講。申し込みは12/5(日) までに直接。(抽選) ①成人 ②シニア ③少年少女 ④幼児 ⑤水中歩行 ⑥アクアビクス
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	要申込 有料。来年1/6(木)から順次開講。申し込みは12/11 (土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③親子 ④お父さんと一緒 ⑤少年少女 ⑥高校生以上成人 ⑦シニア ⑧平泳ぎ ⑨バタフライ ⑩クロール&背泳ぎ ⑪フォームチェック ⑫アクアビクス ⑬水中ウオーキング ⑭水中運動
サンプラザ (北区北24西5) ☎758-3124	【無料開放】 11/23(祝)午前10時～午後4時、6時～9時

産業振興センター

〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3033 FAX 820-3220 HP sapporosansin.jp

行事名	内容
中小企業経営 セミナー (要確認)	要申込 有料。申し込みは11/11(木)から☎、FAX。(先着)HP。問い合わせは☎820-3122 ①創業支援(事業計画作成)=来年1/13(木) ②エクセル2007で仕事に役立つ関数・マクロ向上=来年1/18(火)開講全6回 ③チームビルディング=来年1/19(水) ④管理職スキルアップ=来年1/20(木)・21(金) ⑤創業支援(心構え)=来年1/22(土) ⑥より良い人間関係の構築=来年1/26(水)

広告

**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

市民情報センター

〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3980 FAX 820-3995 HP www.joho-center-sapporo.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
パソコン 無料体験講座	①フリーソフトで画像を縮小②ワードで二つ折りシールはがき	①は12/4(土)、②は16(木)。いずれも午前10時15分～午後0時45分	パソコンの基本操作ができる方各6人	無料	☎、直接。11/14(日)に市民情報センターへ。(抽選)。空きがある場合、16(木)から☎、直接
IT市民塾 (要確認)	☎有料。申し込みは11/14(日)に☎、直接。(抽選)。空きがある場合、16(木)から☎、直接 ①エクセル基礎から応用=12/1(木)開講全4回 ②データベース基礎夜間=12/1(木)開講全6回 ③ワード基礎から応用=12/2(木)開講全4回 ④インターネット基礎=12/11(土)・12(日) ⑤ワード上級B=12/15(木)・17(金) ⑥電子メール基礎=12/18(土)・19(日)				

中央図書館

〒064-8516 中央区南22西13 ☎512-7320 FAX 512-7110 HP www.city.sapporo.jp/tosyokan

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
暮らしに役立つ 法制度セミナー	司法制度改革と図書館の使い方	11/20(土)午後1時30分～4時	—	無料	当日直接会場へ
ろうどくの小径	文学作品の朗読会。 ①芥川龍之介「地獄変」ほか②藤沢周平「あさがお」ほか	①は11/21(日)、②は12/12(日)。いずれも午後1時30分～3時	15歳以上(中学生を除く)の方。 ①は30人、②は180人	無料	当日午後1時から会場へ直接。(先着)。問い合わせは☎512-7330
さっぽろっ こ出版 体験者 募集	写真 など	「あなたが愛するさっぽろの街並み・風景」をテーマに出版する本の写真などを募集	市内に居住か通勤・通学する方	無料	11/11(木)から中央図書館、地区図書館などで配布するチラシをご覧の上、自分で撮影した札幌の写真とその写真を選んだ理由などを12/10(金)(必着)までに送付か☎E。選考あり。問い合わせは☎512-7330
	参加者 子ども	プロから指導を受けながら、本に載せる作品の選定や編集などを体験	市内に居住か通学する中学生・高校生10人程度	無料	11/11(木)から中央図書館、地区図書館などで配布するチラシをご覧の上、12/10(金)(必着)までにはがきを送付か☎E。選考あり。問い合わせは☎512-7330
読書ノート配布 子ども	読書記録をつける読書ノートを配布	11/7(日)から	小学生以下の方	無料	11/7(日)から中央図書館、地区図書館などへ直接
図書館 デビュー 子ども	来館者にデビュー認定証や読書記録をつける読書ノートを贈呈	11月以降の第1日曜午後2時30分～4時30分。来年1月は第2日曜	未就学児とその保護者	無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎512-7330
一日司書体験 子ども	貸し出しや書棚整理などの仕事を体験	11/27(土)午後1時30分～4時	小学3年～6年8人	無料	往復はがきを上欄必要事項を記入し、11/15(月)(消印有効)までに中央図書館へ送付。(抽選)
スノードームを 作ろう 子ども	空き瓶に水や飾りを入れ、動かすと雪景色に見える置物を作る	12/18(土)午後1時30分～3時30分	小学3年～6年10人	無料	往復はがきを上欄必要事項を記入し、12/6(月)(消印有効)までに中央図書館へ送付。(抽選)

さとらんど

〒007-0880 東区丘珠町584 ☎787-0223 FAX 787-0947 HP www.satoland.com

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
講習会	①そば作り ②クリスマス料理	①は11/23(祝)、②は12/9(木)。いずれも午前10時～正午	①は20人、②は16人	①は1,800円、 ②は1,400円	☎、直接。11/13(土)からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター
はじめての 手打ちそば体験	さとらんど産のそば粉でそば打ちを体験	11/28～来年3/27の日曜午後1時～2時30分	各日20人	1,800円	☎、直接。開催1カ月前からさとらんどへ。(先着)。空きがある場合、当日直接受け付け。会場はさとらんどセンター
もちつき機で もちを作ろう	もちつき機でお正月のもち作り	12/18(土)、25(土)午前9時30分、10時、10時30分、11時、11時30分、午後1時、1時30分、2時、2時30分、3時	各回3組(1組4人まで)	1組500円	☎、直接。11/30(火)からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター

広告

**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

スタインウェイを弾いてみませんか



- ◇ グランドピアノ「スタインウェイ」を弾く。
 日 来年1月9日(日)①午前9時30分～午後0時20分②1時～4時③4時30分～7時。
 所 対 市民ホール。市内に居住か通勤・通学するピアノ愛好者(プロは不可)。①は17組、②は18組、③は15組。
 申 往復はがきを上欄必要事項と職業、人数(参加者、観覧者)、演奏形態(ソロ、アンサンブル)を記入し、11月30日(火)(消印有効)までに市民ホール(〒060-0001中央区北1西1)へ送付。(抽選)
 〔詳細〕市民ホール☎(252)3700
渡辺 貞夫 With イエロージャケット
 内 クリスマスにちなんだ曲を演奏するジャズ・ライブ。
 日 12月6日(月)午後7時30分～9時。

所 教育文化会館(17階)。
 ￥6千300円。チケットはローソン、ぴあなどで発売中。
 〔詳細〕サッポロ・シテイ・ジャズ実行委員会☎(592)4125

市民芸術祭

- △ 邦楽演奏会▽
 日 所 11月13日(土)午後1時30分～4時。教育文化会館(17階)。
 △ 市民文芸の集い▽
 内 表彰、講演、交流会。
 日 11月20日(土)午後2時～5時。所 教育文化会館。
 ■ 市民劇場
 △ ① 田中宏明ピアノリサイタル▽
 日 11月14日(日)午後2時。所 Kitara(16階)。
 ￥3千500円。前売り3千円。
 △ ② 花柳流恵吉郎会舞踊会▽
 日 11月21日(日)正午。所 教育文化会館。2千円。
 △ ③ 影山裕子ピアノリサイタル▽
 日 12月4日(土)午後2時。所 Kitara。
 ￥2千円。学生千円。
 ※①②③のチケットは市内プレイガイドで発売中。
 〔詳細〕市民芸術祭実行委員会(教育文化会館内)☎(271)5822、HP
市民ロビーコンサート
 出演 小寺勲鳳、山本裕美子(民謡)。
 日 所 11月19日(金)午後0時25分

～0時45分。市役所ロビー。
 〔詳細〕市民文化課☎(211)2261

豊平館創建130周年記念行事

- △ アート展示▽
 内 生け花、映像、写真。
 日 11月12日(金)～19日(金)。
 △ ① コンサート▽
 内 ④ 弦楽四重奏 11月12日(金)午後7時～8時30分、⑤ ピアノソロ 14日(日)午後2時～3時、⑥ オムニバス 15日(月)午後6時～8時45分。
 定 ￥各100人。⑥は500円。
 △ ② 短編映画上映▽
 内 道内ゆかりの作家による作品を上映。
 日 11月18日(木)午後6時～8時。定 100人。
 ※①②の申当日開始30分前から会場へ直接。(先着)
 〔詳細〕豊平館(中央区中島公園内)☎(511)0985、HP
留学生による文化紹介
 内 日 台湾茶 11月21日(日)午後1時～2時30分、ポーランド 28日(日)午前10時30分～正午、カンボジア 28日(日)午後1時～2時30分、中国の世界遺産 12月4日(土)午前10時30分～正午。
 所 定 留学生交流センター(豊平区豊平6の6)。各30人。
 申 ☎、FAX、直接。上欄必要事項を記入し、11月11日(木)から留学生交流センター(FAX(812)6157)へ。(先着)

食の安全・安心体感フェア

- セミナーを開催します。6ヶ月もご覧ください。
 内 ①有機JASマークの基礎知識②食の安全性を支える科学③食品表示の基礎知識。
 日 ①は11月20日(土)午前10時30分～正午、②は20日(土)午後3時～4時30分、③は21日(日)午前10時30分～正午。
 所 サッポロファクトリー(中央区北2東4)。
 定 ①は48人、②は30人、③は36人。
 申 ☎、FAX。上欄必要事項を記入し、11月11日(木)から食の安全・安心体感フェア運営事務局☎(614)5600、FAX(614)3943)へ。(先着)
 〔詳細〕市コールセンター☎(222)4894
道路整備に関するパネル展
 内 道路整備の歴史や現状など。
 日 所 11月22日(月)～24日(水)地下街オーロラスクエア、29日(月)～12月3日(金)市役所ロビー。
 〔詳細〕道路課☎(211)2617
交通安全に関する催し
 △ 交通安全フォーラム▽
 内 交通安全の専門家による講演、パネルディスカッション。

子ども環境コンテスト

- 内 小中学生の活動発表会など。
 日 11月27日(土)午後1時～5時。所 エルプラザ(16階)。
 定 250人。
 申 上欄必要事項と人数を記入し、11月19日(金)までにCC(抽選)〔詳細〕市コールセンター☎(222)4894、HP
水辺の活動発表会
 内 水環境の保全活動。
 日 11月28日(日)午後1時～4時。所 定 エルプラザ(16階)。
 申 11月11日(木)からCC。(先着)〔詳細〕市コールセンター☎(222)4894、HP
法律講座
 内 相続などの高齢者問題。
 日 所 11月25日(木)午後1時30分～3時。資料館。
 申 はがき、FAX。上欄必要事項を記入し、11月19日(金)(必着)までに資料館(〒060-0042中央区

広告

大通西13、FAX(271)5921)へ。(抽選)

HP [詳細]資料館☎(251)0731、

北国の鉢花展示会・即売会

内 鉢花の展示即売会、アレシメントの実演、抽選会など。

日 11月27日(土)午前9時~午後5時、28日(日)午前9時~午後4時。

所 花き地方卸売市場(白石区流通センター7)。

[詳細]花き地方卸売市場☎(892)1432、HP

アイヌ文化交流センター催し

△アイヌ文化体験講座▽

内 アイヌ文様の刺しゅう。

日 11月27日(土)・12月4日(土)午後1時~4時。

所 中央区民センター(中央区南2西10)。

定 20人。

料 3千円。

申 はがき、☎、FAX。上欄必要

事項を記入し、11月20日(土)

(必着)までにアイヌ文化交流センター(〒061-2274南区小金湯

27、FAX(596)5967)へ。(抽選)

△クウエカイチユブ・イノミ▽

内 アイヌ音楽、古式舞踊ほか。

日 11月28日(日)午前10時~午後3時。

所 アイヌ文化交流センター。

[詳細]アイヌ文化交流センタ

1☎(596)5961、HP

市立大学市民セミナー

人をつなぐコミュニケーション

を4つの観点から学びます。

内 ①小グループ、まちづく

り②12月2日(木)、③デザイン、

心理④16日(木)。いずれも午後

6時~8時。

所 市立大学サテライトキャン

パス(中央区北4西5アス

ティ45内)。各40人。

申 ☎、FAX、E。上欄必要事項

を記入し、11月11日(木)から市

立大学サテライトキャンパス

(FAX(218)7507、Ekozaka@ac

ty.ac)へ。(先着)

[詳細]市立大学サテライト

キャンパス☎(218)7500、

子どもの権利に関する公開授業・研修会

内 子ども同士が支え合う学校

での取り組みを紹介。

日 11月24日(水)午後1時40分~

4時。

所 元町中学校(東区北28東20)。

定 20人。

申 ☎、FAX。上欄必要事項を記

入し、11月12日(金)から指導担

当(FAX(211)3862)へ。(先着)

[詳細]指導担当☎(211)386

1、HP

食器洗浄ボランティア募集

内 ミュンヘン・クリスマス市

での食器の洗浄。

日 11月25日(木)~12月25日(土)。

①午前11時30分~午後3時30

分、②3時30分~6時30分、

③6時30分~9時30分。

所 大通公園2丁目。

対 ①②③のうち、3回以上参加可能な方。

日 12月23日(祝)までにCC。

[詳細]市コールセンター☎(222)4894

高齢者市民講座

中央区会場 11月22日(月)午前9

時30分~11時50分。古文書の

世界。坂本龍馬、志は北にあ

り。社会福祉総合センター

(中央区大通西19)。

東区会場 11月12日(金)午後1時

30分~3時40分。シベリアか

ら来た人たち。よく噛んで食

べて健康長寿。東区民センタ

1(東区北11東7)。

厚別区会場 11月24日(水)午後1

時30分~3時40分。「今昔物

語集」平安京の街角で。「体・

心・頭」の三耕に生きる。厚

別区民センター(厚別区厚別

中央1の5)。

西区会場 11月16日(火)午後1時

30分~3時50分。軍歌・他に

類なき芸術作品。龍馬の手紙

を読んで。西区民センター

(西区琴似2の7)。

[詳細]高齢福祉課☎(211)29

76



知られざる地下鉄探検ツアー

内 車両基地など、普段は入れ

ない地下鉄の裏側を見学。

日 12月1日(水)午前9時~正午。

所 集合は地下鉄東豊線栄町駅、

解散は大通駅。

対 10歳以上の方30人。

料 乗車料240円。

申 はがきに上欄必要事項を記

入し、11月15日(月)(必着)まで

に営業企画課(〒004-8555厚別区

大谷地東2)へ送付。(抽選)。

SAPICA所有者はHPから

も申し込み可。

[詳細]市コールセンター☎

(222)4894

**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

さっぽろ
**おでかけ
ガイド**

SAPPORO ODEKAKE GUIDE

11/26(金)
12/24(金)

**ミュンヘン・クリスマス市
in Sapporo**

札幌の姉妹都市「ドイツ・ミュンヘン市」で開催されているクリスマス市を、大通公園2丁目に再現。連日イベントを開催するほか、たくさんのお店が立ち並びます。



キャンドルの光の中でイブの夜を過ごそう

来場者に、ステージほか、会場内のキャンドルに火を灯してもらいます。その光の中でクリスマスソングを歌いながらみんなで、イブの夜を祝います。

12/24(金)午後7時

毎週日曜はプレゼントデー

日曜の午前11時～午後3時に、会場で1,000円以上の買い物をした方へ、抽選ですてきな商品をプレゼントします。

第62回さっぽろ雪まつり

■市民雪像制作グループ募集
制作期間 来年2月1日(火)～5日(土)。

対 職場、地域、学校、家族など。大通会場は105組程度、つどいむ会場は5組程度。

対 像のテーマ、グループ名を記入し、11月16日(火)～30日(火)に市コールセンター(4894)へ。12月10日(金)午後7時から道新ホール(中央区大通西3)で抽選会。

HP ■市民ボランティア募集
対 ①抽選会の補助

対 12月10日(金)午後5時30分～9時。道新ホール。

対 16歳以上の方20人。

対 ②大雪像制作

対 来年1月14日(金)～2月1日(火)。午前11時～9時、正午、午後11時～1時、5時、夜間(1月21日(金)～2月1日(火)のみ) 午後6時～8時。初心者には技術講習会を開催(来年1月13日(木)午後1時～4時)。

対 大通公園5・10丁目。

対 16歳以上(夜間は20歳以上)で期間中2回以上の参加が可能な方200人。

対 ③市民雪像制作グループへの用具貸し出し

対 来年2月1日(火)～5日(土)。午前11時～9時45分、午後1時～午後11時、6時、夜間 午後6時～10時。

対 大通会場。16歳以上(夜間は20歳以上)の方40人。

対 ④巡回案内・迷子の対応

対 来年2月7日(月)～13日(日)。午前11時～9時、午後1時、午後11時～1時、6時、夜間 午後6時～10時。

対 大通公園。16歳以上(夜間は20歳以上)で期間中2回以上の参加が可能な方100人。

対 ⑤会場案内

対 来年2月7日(月)～13日(日)。午前11時～9時、午後1時、午後11時～1時、5時。

対 つどいむ(19階)。

対 16歳以上で期間中2回以上の参加が可能な方50人。

※①～⑤の申込みはがき、FAX。上欄必要事項と希望ボランティア

**国際スキー場
オープン**

お得意にリフト・ゴンドラを利用できる「初滑り券」を販売します。



オープン予定日 11/20(土)。
初滑り券 7時間券3,400円、5時間券2,800円。12/5(日)まで発売。

※通常料金は、7時間券3,600円(土・日曜、祝日は4,000円)、5時間券3,100円(土・日曜、祝日は3,500円)。中学生・高校生2,000円(学生証を提示)、小学生1,000円

詳細 国際スキー場(南区定山溪) 598-4511

クーポン

11月26日(金)～来年2月13日(日)午後4時30分～10時30分。大通会場は1月2日(日)まで。大通公園1丁目～8丁目、駅前通北4条～南4条、南1条通西1丁目～3丁目。



さっぽろホワイトイルミネーション

ティアの名称(2)は会場、活動時間、技術講習会参加の有(無)を記入し、11月30日(火)(必着)までに、はがきは観光企画課(市役所内/1階)へ、FAXは市コールセンター(4894)へ。抽選。HP 詳細 市コールセンター(222)4894

詳細 ホワイトイルミネーション実行委員会(観光協会内) 3341、HP

**気軽に陶芸！
森のランプシェード作り**

一般コース、親子コースから選択。12月5日(日)・12日(日)午前10時～午後0時30分。所定青少年山の家。30人。¥千500円。小中学生千円、就学前幼児600円。

申込みはがきに上欄必要事項と性別を記入し、11月19日(金)(必着)までに送付。抽選。HP 申込先詳細 青少年山の家(〒005-0862 南区滝野24) 591-0303

自然ふれあい事業

園内産の農作物で、(A)とら豆のどら焼き作り(カ)かぼちゃ団子作り(イ)もち作り。(A)は11月20日(土)、(B)は23日(日)、(C)は12月4日(土)。いずれも午前10時～正午。所 北方自然教育園。対 小学生以上の方各20人。

お知らせの見方 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 費=費用 申=申込 (先着)=先着順 (抽選)=多数時抽選

☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール CC=市コールセンター(14番) HP=ホームページ(14番)に詳しい内容を掲載しているもの

大通公園にドイツの食べ物やグッズが大集合!

イルミネーションの光あふれる会場には、ドイツのほか、ロシアなどからの出店を含む25のお店が、多彩な商品を販売しています。



アツアツのソーセージ



←ドイツ職人の手作りソーセージやベルリン名物のカレーソーセージなど、お店によってさまざまな味が楽しめます。

ポイント!
ドイツビールと一緒にどうぞ!

ローストアーモンド



↑ドイツでは一般的な炒ったアーモンド。絶妙な甘さと食感がやみつきになるおいしさです。

ポイント!
シナモン味やカカオ味など4種類あります

グリューワイン

温めた赤ワインにシナモンや砂糖などを入れた、ドイツのクリスマスでは欠かせないワインです。→



ポイント!
お店ごとにレシピが違うので飲み比べてみよう

かわいいグッズたち



ポイント!
ドイツのほか、ロシア、リトアニアからも出店。珍しくてかわいい外国の雑貨を手に入れよう!

←クリスマス飾りやガラスアクセサリー、キャンドル、人形などが所狭しと並べられ、見るだけでも楽しめます。



開催案内

日 11/26(金)~12/24(金)正午~午後9時(土・日曜、祝日は午前11時から、金・土曜は午後9時30分まで開催)。

所 大通公園2丁目

詳細 市コールセンター☎222-4894

マグカップとピンバッジをセットで20人にプレゼント

毎年デザインが変わるオリジナルのマグカップとピンバッジをセットで20人にプレゼントします。

申はがき、**FAX**、**E**。上欄必要事項と本誌の感想、「マグカップ希望」と記入し、11/22(月)(必着)までに広報課(14番)へ。**抽選**



※飲食物は購入時に食器使用料100円が掛かります。食器返却時にお返しします

自然体験学習会



子ども向け

内 自然素材で新年飾りを作る。
日 12月18日(土)、19日(日)午前10時~正午。北方自然教育園。
対 小中学生を含む家族各40人。
費 300円。
申 11月12日(金)から。(先着)
申 込先詳細 北方自然教育園(南区白川1814)☎(596)3567
日 赤ジュニアスキーパトロール隊員の募集
内 安全なスキー技術と救急法。
日 12月18日(土)来年3月21日の土・日曜、祝日午前9時30分~午後3時。全15回。

小学生は保護者同伴。300円。
申 11月11日(木)から。(先着)
申 込先詳細 北方自然教育園(南区白川1814)☎(596)3567
スノーホッケー指導者講習会
内 指導や審判の知識を習得。講習後にB級審判試験を受験。
日 11月28日(日)午前10時~正午。
所 澄川西小学校(南区澄川2の5)。千円。
申 込、**FAX**、**E**。上欄必要事項を記入し、11月19日(金)までに企画事業課(**FAX**(21)3046、**E** sports@city.sapporo.jp)へ。
詳細 企画事業課☎(21)3044

滝野自然学園催し

所 南区のスキー場。
対 小学4年~中学1年30人。
費 6千円(リフト代別)。
申 往復はがきに上欄必要事項と性別、保護者氏名を記入し、11月30日(火)(必着)までに日赤札幌市地区本部(市役所内/1階)へ送付。**抽選**。兄弟姉妹は連名可。
詳細 日赤札幌市地区本部☎(21)3339
滝野自然学園催し
内 ①たきの森のようちえん
内 ①たき火でふくらパン作り
内 ②おしくらまんじゅうで体を動かす。
日 ①は11月24日(水)、②は12月8日(水)。いずれも午前10時~午後2時。
対 3歳~就学前の子とその保護者各20組。1組千800円。1人追加ごとに500円。
内 ①たきの森のようちえん
内 ②たき火パンとジャム作りを体験するキャンプ。
日 12月11日(土)~12日(日)。
対 小学生30人。
費 1万3千円。
申 込先詳細 青少女女性活動協会(〒005-0862 南区滝野106 滝野自然学園内)☎(591)8780

**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

定山溪自然の村催し

- △①ファミリーキャンプ▽
△②冬遊びとアウトドアアクッキング。12月4日(土)～5日(日)
△小学生を含む家族10組。
△1人千円。小学生～18歳800円、1歳～就学前幼児500円。別途テントハウス使用料3千円。
△遊々の森ファミリーレンジャー▽
△冬の生き物探しが。
△12月12日(日)午前10時～午後4時。小学生以上の子を含む家族10組。
△親子のための野遊びくらぶ▽
△クリスマスリース作りと雪遊び。12月14日(火)午前9時30分～午後3時30分。
△就学前幼児とその親20組。
△1組(大人・子ども各1人)千800円。1人追加ごとに大人千円、子ども300円。
※①②③の申はがきに上欄必要事項を記入し、①は11月19日(金)、②は12月3日(金)、③は11月30日(火)(いずれも必着)までに送付。(抽選)

札幌の歴史探検

- △昔のお店や職業をテーマに歴史新聞を作る。
△12月4日(土)午前10時～午後0時30分。文化資料室。

リユースプラザ催し



- △テーブルフェア▽
11月は座卓・テーブルを数多く取りそろえて販売します。
△イベント▽
△福祉バザー、音楽演奏など。
△11月14日(日)午前10時～午後3時。

△小学4年～中学生12人。申はがき、FAX、E。上欄必要事項を記入し、11月25日(木)(必着)までに文化資料室(〒064-0808中央区南8西2、FAX(521)0210、E shryoshisu@city.sapporo.jp)へ。(抽選)
⑤、HP

水道水についてのキャッチコピーを募集
水道水が登場する暮らしの1こまを楽しく表現したキャッチコピーを募集します。優秀作品に選ばれた方には図書カードなどを進呈。
△小中学生。
△はがきに上欄必要事項とキャッチコピーを記入し、12月10日(金)(必着)までに送付。選考あり。HP

△水道局総務課(〒060-0041中央区大通東11)へ(211)7007

△赤十字講習会
△救急法救急員養成▽
△急病人、けが人への応急手当。検定あり。
△12月5日(日)・11日(土)・12日(日)午前9時～午後5時。
△15歳以上の方40人。
△3千円。

△赤十字講習会
△幼児安全法短期▽
△子どもの事故予防と病気への対応、AEDの使い方など。
△12月13日(月)午後6時～8時。
△18歳以上の方25人。270円。
△赤十字会館(中央区北1西5)。

△赤十字講習会
△応急手当普及員養成▽
△AEDを含む心肺蘇生法(乳幼児を含む)など。
△市内に居住か通勤する16歳以上の方。Aは各12人、Bは24人。
△応急手当普及員養成▽
△AEDを含む心肺蘇生法の習得と指導者の育成。
△市内に居住か通勤する18歳以上で、講習後、所属する団体などで指導できる方12人。
△3千465円(テキスト希望者)。

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

△市民講座▽
△毛糸でクリスマスストリ作り。11月20日(土)午後1時～3時、②自転車簡単修理・点検。27日(土)午後1時～2時、③生ごみ堆肥化。12月4日(土)午後1時～2時、④古着・古布でマイバッグ作り。7日(火)午後1時～3時。
△中学生以上の方。①は10人(小学生は親子で参加可)、②は10人、③は20人、④は5人。①④は500円、②は200円。
△①②④は11月11日(木)から(先着)、③は11月21日(日)までに。(抽選)

△リユースプラザ
△厚別区厚別東3の1へ(375)1133、HP

△赤十字講習会
△救急法救急員養成▽
△急病人、けが人への応急手当。検定あり。
△12月5日(日)・11日(土)・12日(日)午前9時～午後5時。
△15歳以上の方40人。
△3千円。

△赤十字講習会
△幼児安全法短期▽
△子どもの事故予防と病気への対応、AEDの使い方など。
△12月13日(月)午後6時～8時。
△18歳以上の方25人。270円。
△赤十字会館(中央区北1西5)。

△赤十字講習会
△応急手当普及員養成▽
△AEDを含む心肺蘇生法(乳幼児を含む)など。
△市内に居住か通勤する16歳以上の方。Aは各12人、Bは24人。
△応急手当普及員養成▽
△AEDを含む心肺蘇生法の習得と指導者の育成。
△市内に居住か通勤する18歳以上で、講習後、所属する団体などで指導できる方12人。
△3千465円(テキスト希望者)。

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

■防災協会救命講習会。

講座名	日時	会場
①上級救命	A 12/5(日)午前9時～午後5時	琴似プラザ(西区琴似2の2高道ビル)
	B 12/10(金)午前9時～午後5時	市民防災センター
	C 12/16(木)午前9時～午後5時	琴似プラザ
②応急手当普及員養成	12/8(水)～10(金)午前9時～午後5時	琴似プラザ

△所左表の通り。

防災協会救命講習会

△市役所内/1階へ(211)3339

△赤十字講習会
△市役所内/1階へ(211)3339

広告

この欄には、市民生活に役立つ様々なサービスやイベントの情報が掲載されています。お問い合わせや申し込みは、各項目に記載の連絡先までお願いいたします。

抽選 12月1日(木)から住宅管理公社(中央区北1西2オーク札幌ビル)、区役所で配布する申込書を12月9日(木)(消印有効)までに送付。**抽選**。申込書はHPからも入手可。
※もみじ台団地は来年2月まで毎月1回同公社で直接受け付け。**抽選**

詳細 住宅管理公社 ☎(205) 3071 かテレホンサービス ☎(211) 3388 (もみじ台団地は ☎(211) 3389)、HP

犬ねこ飼育教室

内 飼う前の心構え、マナーなど。
日 11月26日(金)午後1時30分〜4時30分。
所 WEST19 (中央区大通西19)。犬、猫の飼育を予定している方。

申 要事項と受講区分(犬、猫、両方)を記入し、11月24日(木)までに動物管理センター(西区八軒9東5、FAX(736)6137、

E dobutsumakuri@city.sapporo.jp)へ。
詳細 動物管理センター ☎(736)6134、HP

北方ママカフェ



内 リース作りと子育てトーク。
日 11月17日(水)午前10時30分〜正午。北方自然教育園。

対 親子10組。1組500円。
日 11月11日(木)から。(先着)
申 込先: 詳細 北方自然教育園 (南区白川181) ☎(596)3567

子 育て支援総合センター催し
△あそびのぼけつと▽
内 ふれあい遊びとわらべうた。

日 11月25日(木)午前10時〜11時。
対 6カ月〜11カ月の子とその保護者で未受講の方16組。
日 11月19日(金)から。(先着)
申 込先: 詳細 子育て支援総合センター(中央区南3西7) ☎(208)7961

灯油の漏えいにご注意を

燃料タンクからの灯油漏えい事故が毎年発生しています。原因は、配管の損傷(屋根からの落雪・雪の重み・悪質なたざら)、埋設管の腐食などによるものです。油が漏えいすると、下水道管を通して河川や下水処理場へ流れることがあり、環境や下水道施設に大きな影響を与えます。日ごろから、燃料タンク、

配管に異常がないか自主的な点検・除雪を行い、事故の未然防止に努めましょう。

燃料の減りが早いときは注意!

点検箇所

- ① レベルゲージ
- ② タンク
- ③ ストレーナー
- ④ 送油管
- ⑤ 保護カバー
- ⑥ 脚部

点検内容
② 配管の腐食・破損・詰まり・給油量・使用量・脚が固定されているか・油のにおいはないか

! 配管切断などの悪質な行為を防止するため、保護カバーを付けましょう!

詳細 環境対策課 ☎(211)2882

公共下水道の供用開始

11月1日(月)から次の区域が新たに公共下水道の処理区域となります。水洗化する場合の資金貸し付け・助成制度も設けています。区域内に土地をお持ちの方には、原則として来年度から受益者負担金を

納めていただきますので、11月中に案内文を送付します。**対象区域** いずれも各地域の一部。南区藻岩下1、清田区平岡1の6。

詳細 下水道財務課 ☎(818)3412

注射などの針を捨てないで

インシュリン注射などの針は、収集時に事故の原因となるため、ごみステーションには出せません。未使用のものも含め、必ず処方した医療機関などへ戻してください。

詳細 環境事業部業務課 ☎(211)2916

青少年育成大会

内 優良な青少年や青少年育成者の表彰、評論家による講演。
日 11月27日(土)午後1時30分〜3時30分。かでる2・7(中央区北2西7)。
詳細 子どもの権利推進課 ☎(211)2942

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事項(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



保険・年金

**保険証で臓器提供に関する
意思表示ができます**

法律改正により、保険証で臓器提供に関する意思表示ができるようになりました。

11月以降に「臓器提供意思表示欄」を設けた新たな国民健康保険証を送付します。

後期高齢者医療制度の方には、保険証に張る「臓器提供意思表示シール」を配布します。ご希望の方はお申し出を。

【詳細】区役所(1階)の保険年金課

国民健康保険

△保険証が変わります▽

現在お使いの保険証の有効期限は11月30日(火)です。新しい保険証は、11月下旬に送付します。新しい保険証の色は、一般保険証が黄緑色、退職保険証が緑色です。12月1日(水)以降、現在お使いの保険証は使えませんので、細かく切つて破棄してください。

遠隔地保険証も変わりますので、新しい保険証を持参の上、お住まいの区の区役所保険年金課へ届け出てください。
 △交通事故に遭ったときなど▽
 第三者の加害行為によって傷害を受け、国保で治療を受



健康・福祉

けた場合は、必ずお住まいの区の区役所保険年金課へ届け出てください。
 【詳細】区役所(1階)の保険年金課

公共的な施設の危険な個所をお知らせください

32ページをご覧ください。

意識調査にご協力を

福祉施策の基礎資料となるアンケートを、無作為抽出した方に郵送などで行います。

△障がい福祉▽

【対】11月8日(月)～30日(火)。障がいのある方、20歳以上の方。
 【詳細】障がい福祉課(21) 2936

△高齢者▽

【対】11月中旬～12月。20歳～64歳の方4千人、65歳以上の方6千人程度。

△要介護(支援)認定者▽

【対】11月中旬～12月。要介護(支援)認定者6千人程度。

【詳細】市コールセンター(222) 4894

あんま・マッサージ無料奉仕

【対】12月6日(月)～9日(木)。

【所定】市内の視覚障害者福祉協会協賛施設所約30カ所。100人。
 △往復はがきに上欄必要事項

を記入し、11月20日(土)(必着)までに送付。(抽選)
 【申込先・詳細】障がい者週間記念事業実行委員会(〒063-0802西区二十四軒2の6身体障害者福祉センター内) ☎(64) 8853

**高等技能訓練促進費の
受給者追加募集**



【内】看護師(准看護師を除く)、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士のいずれかの資格を取得するため、養成機関で2年以上上修業する場合に、給付金を支給。

【対】児童扶養手当受給者または所得が同水準の母子家庭の母。
 【区】健康・子ども課に事前相談の上、11月1日(月)～来年3月31日(木)に直接。

【詳細】区役所(1階)の健康・子ども課(ただし、東区は☎(71) 3211、南区は☎(58) 5211)

児童扶養手当

△父子家庭への経過措置▽
 父子家庭の方で7月末にお

いて支給要件に該当している方は、11月30日(火)までに申請手続きをすると、経過措置として8月から支給対象となります。12月以降は申請月の翌月から支給対象となります。

△区役所夜間相談▽

午後7時まで、父子家庭の方を対象に制度・申請方法の相談に応じます。

【対】11月16日(火)、17日(水)。

【詳細】区役所(1階)の保健福祉課

**社会福祉総合センター福祉
用具展示ホールの一時閉館**

【対】11月15日(月)～12月28日(火)。

【詳細】市社会福祉協議会(中央区大通西19社会福祉総合センター内) ☎(632) 7355

介護に関する教室・講座

【内】左表の通り。

教室・講座名	開講日	時間
①かたん！らくらく介護	11/16(火)、30(火)、12/7(火)、10(金)	午前10時～正午
②ペーパーケアアマネ	11/25(木)、26(金)	午前10時～午後4時
③スキルアップケアマネ	11/30(火)	午後6時30分～8時
④スキルアップヘルパー	12/8(水)	午後2時～4時
	12/9(木)	午後6時～8時

【所】リンクページプラザ(17階)。

【対】②は有資格未経験者、③④は現場で働く介護職の方かケアマネジャー。①③④は各

回500円、②は各千円。
 △随時▽

【申込先・詳細】在宅福祉サービス協会 ☎(208) 1214、HP

**在宅福祉サービス協会
協力員登録説明会・研修会**

【内】高齢者、障がいのある方の家事援助などを行う協力員の登録説明会。謝礼は1時間700円程度。交通費は実費支給。

【定】11月19日(金)午前10時～午後3時。80人。

【年】年会費500円(来年3月までの分。登録者のみ当日納入)。

【申】11月11日(木)から。【先着】

【申込先・詳細】在宅福祉サービス協会(リンクページプラザ内) 17階 ☎(272) 4440

母子寡婦福祉センター催し

△お母さんの教養講座▽

【内】フラワーアレンジメント。

【対】12月8日(水)午後6時30分～8時30分。

【対】母子家庭の母と寡婦(かつて母子家庭の母だった方)30人。500円。

【申】11月24日(水)から。【先着】

【託】児(2歳～小学生) 希望者は同時に申し込み。

△ひとり親家庭のクリスマス会▽

【対】12月25日(土)午前10時～午後1時。

【対】母子・父子家庭の親と小学生以下の子200人。1人300円。
 △往復はがきに上欄必要事項

**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

家庭医学講座

内体の震え。講演後、個人相談コーナーあり。

12月4日(土)午後1時30分。

所 医師会館(中央区大通西19)。

51
[詳細] 健康企画課☎(622)51

障がい者福祉施設などで
製作した製品の販売



10時~午後6時。ジャスコ札幌平岡店(清田区平岡3の5)。
[詳細] 障がい福祉課☎(211)2936

**視覚障がいのある方との
市民交流ダンスパーティー**

12月5日(日)午後1時~3時30分。身体障害者福祉センター(西区二十四軒2の6)。

[詳細] 視覚障害者福祉協会☎(644)8310

市立札幌病院市民講座

11月14日(日)午後1時~3時。

所 市立札幌病院(中央区北11)

西13)。
11月12日(金)までに☎。

[詳細] 医事課☎(726)2211



入札による不動産の公売

入札には公売保証金、入札関係書類などが必要です。詳細はお問い合わせください。
11月24日(水)~26日(金)午前9時~午後5時。

所 市役所5階納税指導課。
[詳細] 納税指導課☎(211)3081、HP

入札期間 11月12日(金)午後1時~24日(水)午後11時。
入札期間 11月30日(火)午後1時~12月7日(火)午後1時。

[詳細] 納税指導課☎(211)292、HP

市税滞納整理強化週間

夜間・休日の電話や訪問による納税催告を強化します。期間中は夜間・休日の納税相談窓口を開設していますので、ご利用ください。

この日以外でも市税事務所によっては、夜間・休日の納税相談を実施している場合がありますので、お住まいの区を担当する市税事務所納税課までお問い合わせください。
11月15日(月)~19日(金)午後8

時まで。20日(土)、21日(日)午前9時~午後4時まで。
[詳細] 市税事務所(左表)の納税課

区	市税事務所・所在地	納税課 電話番号
中央区	中央(中央区北2東4サッポロファクトリー2条館)	211-3913
北・東区	北部(中央区北4西5アステイ45)	207-3913
白石・厚別区	東部(厚別区大谷地東2交通局庁舎)	802-3913
豊平・清田・南区	南部(豊平区平岸5の8イースト平岸)	824-3913
西・手稲区	西部(西区琴似3の1コトニ3・1ビル)	618-3913



合同企業説明会

約50社参加。履歴書不要。

12月7日(火)午前10時~午後4時。ファクトリーホール(中央区北2東3)。

対 おおむね35歳未満の方(来年度卒業見込みの学生を含む)。
[詳細] 市コールセンター☎(222)4894、HP

**就職活動
フットポイントセミナー**

①面接対策②自己分析③応募書類の書き方。
①は11月18日(木)、②は25日(木)、③は12月2日(水)。いずれ

も午後1時30分~3時30分。
所 サンプラザ(北区北24西5)。
定各20人。

11月11日(木)からキャリアバンク☎(251)4510へ。(先着)
[詳細] 市コールセンター☎(222)4894

再就職支援無料セミナー

個別カウンセリングや職業紹介までの一貫した支援です。
[左表の通り]。

対象	開催日	時間
中高年齢者(35歳~64歳)	① 11/16(水)、12/7(火)	午前9時30分~午後3時30分
	② 12/6(月)	午前10時~午後5時
女性(20歳~60歳)	③ 11/29(月)、12/13(月)	午前10時~午後5時
	④ 11/30(火)、12/14(火)	午前9時30分~午後3時30分
	⑤ 12/9(木)	午前10時~午後3時

※①~⑤は重複受講できません

再就職支援無料セミナー

所 サンプラザ(北区北24西5)。
定各24人。

11月11日(木)から①④はキャリアバンク☎(708)8321、②③⑤は東京リーガルマインド☎(218)1527へ。(先着)
[詳細] 市コールセンター☎(222)4894

**企業内コミュニケーション
セミナー**

世代の違う人との交流法など。
12月8日(水)・9日(木)午前9時~午後5時。アステイ45(中央区北4西5)。
対 35歳未満で入社3年以内の

若手社員、人事・人材育成担当
者および管理職30人。
[詳細] FAX、E。上欄必要事項
と勤務先、職業を記入し、12月1日(木)までに東京リーガルマインド☎(210)5028、FAX☎(210)7770、E asfy45-1ec@poppy.ocn.ne.jp)へ。(抽選)

[詳細] 人材育成担当☎(211)2368、HP

北海道の最低賃金

10月15日からの地域別最低賃金(パートタイムなど含む)は時間額691円です。なお、特定の産業で働く方には、産業別最低賃金が適用されます。
[詳細] 雇用推進課☎(211)278

**介護予防サービス
人材育成研修**

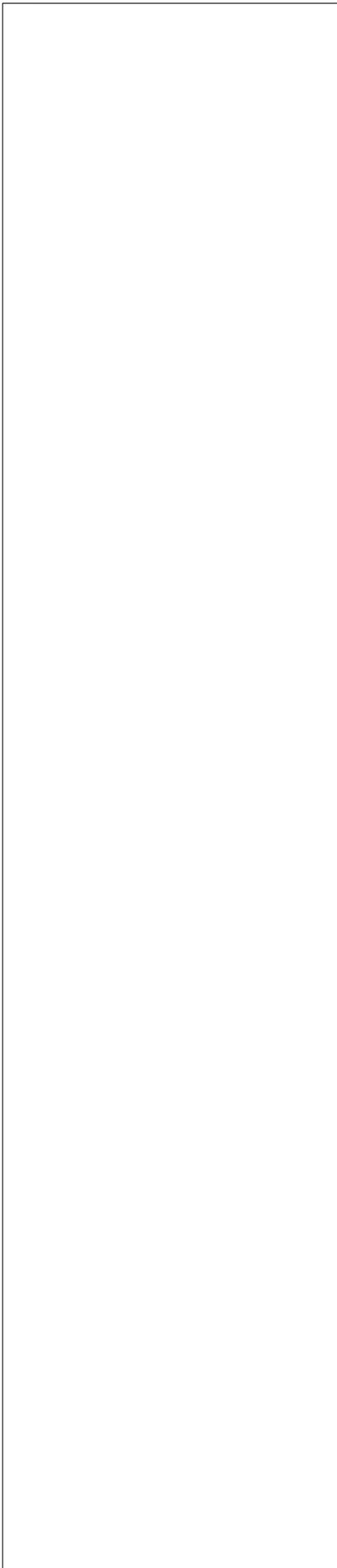
運動機能の向上を中心とする知識や技能の習得。
12月2日(木)・3日(金)・6日(月)・7日(火)・9日(水)。
所 中島体育センター(中央区中島公園内)。

対 福祉系の資格を持つ方60人。
市役所ロビーなどで配布中の申込書を11月15日(月)(必着)までに持参、送付、FAX、抽選。HP
[詳細] 健康スポーツ財団☎(530)5905

認知症ケア人材育成研修

認知症の症状緩和に効果的なタクティカルケアを学ぶ。

広告



☎12月13日(月)～15日(水)午前9時30分～午後5時。
 所第2水産ビル(中央区北3西7)。
 対福祉系の資格を持つ方20人。
 申市役所ロビーなどで配布中の申込書を11月18日(木)(必着)までに持参、送付、FAX。抽選。HP
 (22) 4894

食品衛生法の営業許可の更新
 中央区で営業し、許可期限が11月30日(火)の方は、保健センターに確認の上、手数料を持参して、期限内に手続きを行ってください。

☎(51) 7227

PCBに汚染された電気機器などの把握を支援
 内分析費用の一部を補助。
 上限額1検体につき、1万5千円まで。
 申市役所13階事業廃棄物課で

配布中の申請書を来年2月28日(月)(必着)までに持参、送付。審査あり。申請書はHPからも入手可。予算額に達し次第終了。
 詳細 事業廃棄物課 ☎(21) 2927、HP

特別奨学生募集
 応募資格本人か、父母などの養育者が市民で、来年4月から高等学校職業課程(普通科以外)、専修学校(高等課程)などに進学を希望する方か、来年度も引き続き在学する方(再入学する卒業者を除く)。
 支給額技能習得資金 月額5千円(公立)、8千円(私立) 入学支度資金(入学時のみ) 1万円(公立)、1万5千円(私立)。返還不要。
 定各学年(定時制4年を含む)



60人程度。
 申11月16日(火)～12月15日(水)に区役所の保健福祉課へ直接。現在受給中の方も申請が必要。収入額などにより選考あり。
 詳細 区役所(1番)の保健福祉課

臨時保健師募集
 業務乳幼児健診、家庭訪問など。
 勤務場所東保健センターほか。
 勤務時間月曜～金曜午前8時45分～午後5時15分。
 採用期間12月上旬から6カ月。
 対保健師免許を持つ方1人。
 申履歴書を11月22日(月)(必着)までに東保健センター(〒065-0010 東区北10東7)へ持参、送付。選考あり。
 詳細 東区健康・子ども課 ☎(71) 3211

自衛官募集
 詳しくはお問い合わせを。
 種目自衛官候補生 18歳～26歳の男性。

私設街路灯の電気代を補助
 内町内会などが管理する街路灯の電気代などの一部を補助。
 申11月16日(火)から街路灯組合連合会(中央区北1西2経済センタービル内)で配布する申請書を11月19日(金)～12月20日(月)に持参。
 詳細 道路維持課 ☎(21) 2632

冬期間自転車を保管します
 日預け入れ 12月1日(火)～15日(水)、引き取り 来年3月1日(火)～31日(水)。中途の出し入れ不可。
 所①5・5駐輪場(中央区北5西5)、②北口駐輪場(北区北7西3)。

市役所本庁舎の 에스カレーター の休止
 老朽化による工事に伴い、エスカレーターを全台休止します。
 日12月初旬～来年11月。
 詳細 庁舎管理課 ☎(21) 2052

月寒公園再整備計画 シンポジウム
 内都市の公園と緑に関する講演と計画案の意見交換会。
 日11月27日(土)午後2時～4時。
 所豊平区民センター(豊平区平岸6の10)。
 詳細 みどりの推進課 ☎(21) 2522、HP

市電の運行が冬タイヤに

11月21日(日)～来年3月31日(木)

【詳細】電車事業所☎(551)3944

ウィズユーパスポートの発売

【内】共通ウィズユーカード(千100円分)と円山動物園年間パスポートのセット(2千円、3千枚) 11月1日(水)発売。
【所】各定期券発売所、円山動物園(18階)。
【詳細】市コールセンター☎(222)4894、HP

降雪期による里塚霊園管理事務所の一時閉所

12月1日(水)～来年3月31日(木)の間、閉所します。納骨などの手続きは、生活環境課(中央区大通西19 West 19内)で受け付け。なお、墓域内での歩くスキーは禁止です。
【詳細】生活環境課☎(616)2855

選挙人名簿の縦覧

12月1日(水)現在で登録する選挙人名簿の縦覧を行います。今回は次の要件に該当する方が新たに登録されます。
【住所要件】今年9月1日までに本市の住民票が作成された方で、年齢要件平成2年12月2日までに生まれた方。

12月3日(金)～7日(火)午前8時30分～午後5時。選挙が行われる際は変更の場合あり。
【所】区の選挙管理委員会。
【詳細】区の選挙管理委員会(区役所内/1階)

共通ウィズユーカードの発売



【内】スポーツチームと地下鉄のキャラクター2種類(いずれも千円、各3千枚) 11月12日(金)発売(各1人2枚まで)。
【所】定期券発売所。
【詳細】市コールセンター☎(222)4894、HP

さぼりとほっと基金

公開プレゼンテーション

【内】応募団体が事業内容を発表。
【日】11月20日(土)午前9時30分。
【所】エルプラザ(16階)。
【詳細】市民活動促進担当☎(211)2964、HP

保養センター駒岡の休館

12月20日(月)～22日(水)

【詳細】保養センター駒岡(南区真駒内600)☎(583)8553、HP



ハッピー赤ちゃんノート



ママと赤ちゃんにとってちょうど良い体重を保ちましょう

妊娠中は、赤ちゃんの成長と安全な出産のために、適切な体重増加が必要です。健康的な食生活や運動を心掛け、望ましい体重を維持しましょう。

望ましい体重増加量を確認

望ましい体重増加量は、妊娠前の体格(BMI)によって異なります。

$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$
例) 身長158cm、体重50kgの人の場合
 $BMI = 50 \div 1.58 \div 1.58 = 20.0$

■体格別の推奨体重増加量

BMI	体格	望ましい体重増加量	
		妊娠から出産まで	妊娠中期(5カ月)以降(1週間当たり)
18.5未満	やせ	9～12kg	0.3～0.5kg
18.5以上～25.0未満	ふつう	7～12kg	
25.0以上	肥満	5kg。主治医に相談	主治医に相談

妊娠中の体重コントロール法

食べられないときは

食事の回数を増やす
つわりなどで量を食べられない場合は、複数回に分けて1日の必要量を食べましょう。

体重が増え過ぎるときは

調理法を工夫する
揚げ物やシチューなど油の多い料理は控え、煮る、焼く、ゆでるを基本にしましょう。
適度に体を動かす
散歩などの軽い運動を意識的に行いましょう。



【詳細】健康企画課☎622-5151



暮らしなるほどメモ

公共的な施設の危険な個所をお知らせください

高齢者や障がいのある方も、公共的な施設をより安全に利用できるようにするため、施設で危険な個所を見つけた際は、情報をお寄せください。

■公共的な施設が対象

駅や役所の庁舎のほか、店舗、病院など多くの人が利用する民間施設も含まれます。
※ただし、道路、公園は区の土木センターへ連絡を

■情報提供に基づき、危険な個所を改善

①市民からの情報提供

②現場を確認

危険性の有無や対応を判断します。

③危険な個所を改善

改修や関係団体への情報提供などにより、事故を未然に防ぎます。



受付窓口

所在地 市役所(14番)3階高齢福祉課
電話 211-2976
ファクス 218-5179
Eメール sho.fukushi@city.sapporo.jp
ホームページ www.city.sapporo.jp/fukushi

【詳細】高齢福祉課☎211-2976