

- ◆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/>

区民のページで取り上げてほしいテーマなど、皆さんからのご希望やご意見をお寄せください。はがき、ファクス、Eメール [nishi@city.sapporo.jp](mailto:nishi@city.sapporo.jp) で西区総務企画課広聴係へ。



西区エコキャラクター  
さんかくやまべエ

今月のまちのひと



キャンドルナイト  
in琴似二十四軒実行委員会  
委員 市田 雅信さん (67)

○キャンドルナイト  
in琴似二十四軒実行委員会

琴似・二十四軒地区の町内会、商店街、小学校などで構成され、平成18年度から、夏至の日のライトダウン(消灯)を通じた環境活動に取り組んでいる。

※本誌西区版6ページも併せてご覧ください。

夏至の夜にライトダウンを

「夏至の日の夜、琴似栄町通は、ネオンの明かりが消えて、幻想的な雰囲気になります」と語るのは、キャンドルナイトin琴似二十四軒実行委員会の市田さん。地元商店街へ協力を呼び掛けるほか、他団体との調整を行うなど活動の中心的な役割を担っています。

「今のは琴似・二十四軒地区を中心に、電気を消して、ろうそくの明かりの下で環境のことを考えるという全国的なイベント。琴似・二十四軒地区では、琴似小学校の5年生が、さまざまな色の手作りろうそくと、地域の施設などを描いてライトダウンを呼び掛ける啓発ポスターを作成。夏至の日のライトダウンを前に、琴似商店街の約100店舗に直接手渡すなどして、消灯を地域に呼び掛けています。」



昨年、琴似小学校の児童から手作りポスターを受け取る市田さん(左から2人目)。

西区内の主な施設

西区役所関係

- ・西区役所 …… ☎641-2400(琴似2-7)
- ・西区土木センター …… ☎667-3201(西野290)
- ・西保健センター …… ☎621-4241(琴似2-7)
- ・西区民センター …… ☎641-4791(琴似2-7)
- ・西野地区センター …… ☎666-5550(西野4-2)
- ・はっさむ地区センター ☎662-8411(発寒10-4)
- ・はちけん地区センター ☎611-0966(八軒6西2)

まちづくりセンター

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

その他の機関

- ・西部市税事務所(納税課) …… ☎618-3912(琴似3-1)
- ・山の手図書館 …… ☎644-6822(山の手4-2)
- ・西区保育・子育て支援センター  
ちあふる・にし …… ☎621-1496(二十四軒3-5)
- ・西健康づくりセンター …… ☎618-8700(八軒1西1)
- ・西区体育館・温水プール …… ☎662-2149(発寒5-8)
- ・西区社会福祉協議会 …… ☎641-2400(琴似2-7)
- ・西老人福祉センターぬくもり ☎641-4001(二十四軒4-3)
- ・西清掃事務所 …… ☎664-0053(発寒15-14)
- ・西消防署 …… ☎667-2100(発寒10-4)

まちセン

／知っていますか？／

【詳細】西区地域振興課 ☎641-2400

# まちづくりセンター！

市内87カ所にある「まちづくりセンター（略称:まちセン）」は、まちづくり活動の拠点として、地域のさまざまなまちづくり活動を支援しているほか、市政に関する疑問や相談に応じています。今月の特集は、そんな地域のサポーター“まちセン”を紹介します。

「まちづくりセンター」って何？

以前は「連絡所」と呼ばれていた施設です。平成16年に、まちづくりの拠点として生まれ変わり、名称が「まちづくりセンター（まちセン）」に変更となりました。

どこにあるの？

およそ中学校の校区に1カ所の割合で設置されており、西区内に8カ所あります。

誰がいるの？

所長と、2人の非常勤職員が勤務しています。

まちセンってどんなことをしているの？

住民票、戸籍証明などの取り次ぎ



住民票や、戸籍証明、印鑑証明などの取り次ぎをしています。申し込んだ翌日以降に受け取ることができます。

パンフレットなどによる情報提供



市の事業やイベントなどをお知らせするチラシやポスターを置き、地域の皆さんに役立つ情報を提供しています。

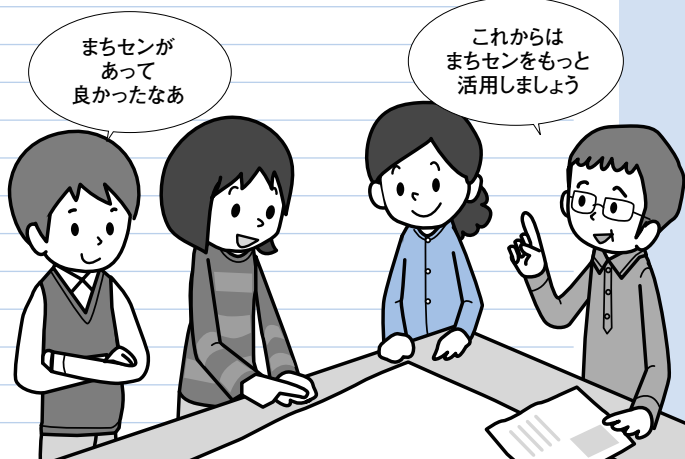
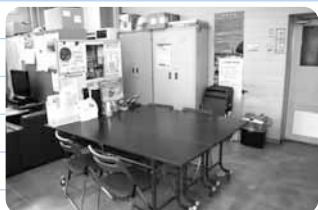
まちづくりや市政についての相談

例えばこんなときにご相談ください

- 町内会活動をはじめとした地域の活動を知りたい
- 地域で解決したい問題があるけれど、行動のきっかけがつかめない
- 市役所の手続きで分からないことがある など

地域のまちづくり活動のお手伝い

町内会やボランティア団体などの地域団体の連携を深めたり、活動しやすい環境づくりを行ったりしています。



これは八軒中央まちづくりセンターです

西区内のまちづくりセンターの所在地・連絡先は、本誌西区版19頁をご覧ください

HP [www.city.sapporo.jp/nishi/machizukuri/machisen.html](http://www.city.sapporo.jp/nishi/machizukuri/machisen.html)



# 子どもの声がまちを動かした! 地域みんなでまちをきれいにしたい!

ここでは、地域の声をまちづくりセンターがサポートした事例を紹介します

**1** 西陵中学校の生徒たちは、自分たちが住む発寒北地区がこれからもきれいなまちであるように、学校で行っている地域の清掃を発展させ、地域に住んでいるみんなでまちをきれいにしたいと考えました。



**2** 生徒の声を聞き、教頭の和田先生は地域にある発寒北まちづくりセンターへ相談。これを聞いた中出所長は、地域の多くの方が集まる連合町内会の40周年式典で、生徒たちの思いを直接発表してもらうことに。



**3** 発寒北連合町内会の40周年記念式典において、地域の方200人の前で、西陵中学校の生徒7人が、地域に住んでいる方みんなでまちをきれいにしたいという思いを発表しました。



**4** 子どもたちの声を聞いた町内会や商店街、青少年育成委員、小学校など地域の団体や住民は、まちセンの調整で打ち合わせを重ねた結果、平成23年7月に地域一斉に清掃を行う美化週間を設けることとしました。



発寒北地区では、美化週間を前に、地域みんなでまちをきれいにする雰囲気広がっています。

## まちセン所長から

発寒北まちづくりセンター所長  
なかで あきひこ  
中出 昭彦

地域の皆さんには、まちづくり活動の相談や打ち合わせの場として“まちセン”を利用いただいています。今回は、子どもたちの声を地域に伝えるなど、調整役としてこの活動に関わりました。今後も、地域のさまざまな人たちをつなげていくなど、裏方としてまちづくりのお手伝いできればと思っています。

## 自分たちが住む「発寒北」をきれいなまちに

おくい みき  
西陵中学校 生徒会会長 奥井 美希さん



地元「発寒北」が好きなので、まちのために何かできないかと提案しました。自分たちで考えたアイデアが実現し、地域みんなで取り組めるのがうれしいですね。もっと住みよいまちになるよう、これからも地域との交流を大切に活動したいです。

## まちセンパネル展を開催

まちづくりセンターの役割や活動内容を説明するパネル展を開催。福祉、環境など地域と連携したまちづくりセンターの取り組みを中心に紹介します。

日時 6月30日(木)まで

会場 西区ギャラリー(地下鉄琴似駅5番出口側コンコース)



まちセンについてもっと知りたい方は

区役所・まちづくりセンターで配布するパンフレットか、ホームページをご覧ください。

HP

[www.city.sapporo.jp/shimin/jichi/machizukuri/index.html](http://www.city.sapporo.jp/shimin/jichi/machizukuri/index.html)





### 6月11日からの内容です

※各施設の所在地は本誌西区版1ページをご覧ください。

人口 211,452人 (前月比+166)

世帯数 97,038世帯 (前月比+286)

(平成23年5月1日現在)

### 今月の環境標語

「さんかくやまへかると」より

ろうそくで

まちをてらそう

キャンドルナイト



6月22日はキャンドルナイトです。詳しくは本誌西区版6ページをご覧ください。

### 西消防団

### 消防総合訓練大会

放水やポンプ操作など、日頃の訓練の成果を披露する消防総合訓練大会を行います。地域の皆さんの多数のご参観と激励をお待ちしています。

日時 6月18日(土)午後1時～3時。

会場 札幌市消防学校(八軒10西13)。

【詳細】西消防署予防課(667)2100

### 「防火・救急ミニガイド」配布中



西区防火委員会と西消防署では、家庭でできる火災予防や、通報・消火・避難の方法、応急手当などを盛り込んだポ

ケットサイズの小冊子「防火・救急ミニガイド」を作成しました。西区内消防署・各出張所で無料配布していますのでぜひご利用ください。

【詳細】西区防火委員会事務局(西消防署予防課内)(667)2100

### 国民健康保険料 休日納付相談

日時 6月26日(日)午前9時30分～午後3時。

会場 西区役所3階④番窓口(庁舎北側職員通用口から入りください)。

対象 保険料を期別納付できない特別な事情があり、平日にお越しになれない方。持ち物 納付通知書、印鑑、生活状況・収入・資産などが分かる書類(必須)。

【詳細】西区保険年金課収納一・二係(641)2400(代表)

### 「ちあふる・にし」子育て講座 アレンジメントフェア

子育て中の方へ、フラワーアレンジメントの基礎を学んでリフレッシュしませんか。日時 7月12日(火)午前10時15分～11時15分。

会場 「ちあふる・にし」。対象 0歳から就学前の子どもを持つ保護者。※託児あり。定員 15人。

費用 材料費600円程度。申込 6月22日(水)から直接来所か電話で。先着順。受付時間は6月22日(水)は午前10時～午後5時、23日(木)以降は日曜・祝日を除く午前9時～午後5時まで。

【申込先・詳細】西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」子育て支援担当(613)7882

### 子育て講座

テーマ 「楽しく子育て〜イライラしない子育てのポイント」。講師 山下由美氏(ムジカ研究所所長)。

日時 7月21日(木)午後2時～3時30分。※他のテーマで9月と来年1月にも予定。受講は年間を通して1回のみ。会場 西保健センター2階。

対象 西区在住の0歳から就学前の子どもを持つ保護者。

### 西野地区健康講座

内容 医師による講話「骨から始める健康づくり」。

日時 6月17日(金)午前10時～正午。

会場 昭和会館(西野6-13)。

対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。

費用・申込 無料。不要。【詳細】西野まちづくりセンター(663)0360

### 発寒清掃工場・破碎工場から

6月26日(日)まで、ごみの受け入れを中止します。期間中は、駒岡・白石清掃工場(燃やせるごみ)、篠路・駒岡破碎工場(燃やせないごみ・大型ごみ)で受け入れます(日曜を除く)。

【詳細】環境局施設管理課(211)2922

### 山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会

日時 6月14日、21日、28日、7月5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 6月18日(土)午後2時～2時20分、「さんびきのやぎのらがらどん」ほか。

▽小学生のためのおはなし会  
日時・内容 6月18日(土)午

### 第9回「健康フェア」

期間 7月2日～8月28日の土・日曜。対象 小学生と付き添いのいる幼児(泳げない小学生は保護者の付き添い可)。

開放校 区内の小中学校。※開放日・時間は各小中学校で異なるほか、工事や気象状況により、中止する場合があります。

【詳細】さつぽろ健康スポーツ財団施設課(530)5905

内容 体力測定、歯科ドック、健康相談(医師・薬剤師・保健師による)、子育て広場

食生活のパネル展、がん予防コーナー。

日時 7月10日(日)午前10時～午後3時。

会場 発寒小学校体育館(発寒10-4)。  
費用・申込 無料。不要。  
【詳細】西保健センター(621)4241



# 西区からのお知らせ

## 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(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(健診日に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 ※7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
6月29日(水)	午前9時30分～11時	手稲記念館(西町南21)
	午後1時30分～3時	ラポール二十四軒(二十四軒1・5)

【詳細】 西保健センター TEL 621-4241

## 公園の剪定枝・伐採木を差し上げます

公園の剪定枝や、枯れたり損傷して伐採した木を家庭用に提供します。大きさは長さ約1.5m、直径10～30cm程度です(サイズは目安で、大きなものもあります)。ご希望のもの

後2時30分～3時「瓜こひめ」か。  
▽子ども映画会  
日時・内容 6月23日(木)午後3時30分～4時「こぶとりじいさん」か。  
【詳細】 山の手図書館TEL(644)6822

方は直接会場にお越しください。積み込みや運搬は各自でお願いします。  
※トラックや業務用自動車での来場や取り置きは不可。道路交通の妨げになりますので、時間前に来場しての路上駐車などはご遠慮ください。  
日時 6月26日(日)午前9時～午後4時(無くなり次第終了)。※荒天時は7月3日(日)午前9時～午後4時に延期。  
会場 五天山公園第2駐車場(福井43)。※西区から盤溪方面に向かつて左手側の駐車場です。  
【詳細】 西区土木センターTEL(667)3201

## ご存知ですか?

### 身体障害者相談員・知的障害者相談員

西区では、下記の相談員(敬称略)が活動しています。お気軽にご相談ください。

#### [肢体不自由の方の相談]

氏名	連絡先
岡崎 勇二	641-8853 (勤務先)
平澤 ヤス子	644-1398
高田 康夫	612-3335
白神 千代子	303-5341

#### [聴覚障がいのある方の相談]

氏名	連絡先
平賀 妙子	621-4794

#### [内部障がいのある方の相談]

氏名	連絡先
黒崎 徳三	663-9648

#### [視覚障がいのある方の相談]

氏名	連絡先
勝矢 秀人	611-2660

#### [知的障がいのある方の相談]

氏名	連絡先
小林 大治郎	644-6534
和島 千恵子	663-0354

#### [言語障がいのある方の相談]

氏名	連絡先
千葉 長次郎	611-3983

【詳細】 西区保健福祉課 TEL 641-2400 内線 352

## 西区ときわ大学

内容 高齢の方のための講座  
日程 8月下旬～10月下旬の週1～2回。1回2時間。全14回程度を予定。  
会場 西区内の施設を予定。  
対象 西区在住の満65歳以上の方(昭和21年4月1日までに生まれた方)で、毎回受講できる方。以前に受講された方は不可。  
定員・費用 50人。無料(内容により一部実費)。  
申込 7月15日(金)(必着)までにはがき(郵便番号、住所、氏名、ふりがな、性別、生年月日、電話番号を記入)を直

## 西健康づくりセンターから

▽西区健康づくりフェア 2011  
内容 運動体験教室、骨密度測定、健康体操 試食コーナー  
日時 6月20日(月)午前10時～午後2時  
費用・申込 無料・不要(運動体験教室のみ多数時入場制限あり)。※上履き持参。  
接持参加送付。多数時抽選。受講者の決定 8月上旬に講座の具体的な期間などと合わせて文書で通知します。  
【申込先・詳細】 西区地域振興課 TEL(641)2400内線338

## 西健康づくりセンター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
①ヘルシーダイエティング～和食編	6月30日(木)全1回	午前10時30分～午後1時	20人	1,300円
②男のナイトフィットネス	6月25日～7月16日(土)全4回	午後7時10分～8時10分	35人	2,100円

▽西健康づくりセンター講座 内容 左表の通り。

## 訂正とおわび

広報さっぽろ西区版5月号の表紙「今月のまちなかのひと」で紹介した八軒中央すまいるネットについて、5月号の発行時点での会長は川村功様ではなく、石井光郎様でした。訂正しておわび申し上げます。

【詳細】 西区総務企画課広聴係 TEL(641)2400内線224～227

【申込先・詳細】 西健康づくりセンター TEL(618)8700、Eメール west-school@shsf.jp

対象 ①18歳以上の方 ②18歳以上の男性の方。  
申込 ①6月23日(木)②6月18日(土)までに直接来館または電話、Eメールで。多数時抽選。

## 西区民センターから

▽西区民センター「うたごえ広場」

内容 懐かしい歌、思い出の歌をみんなで楽しく歌います。  
日時 6月27日(月)午後1時～3時。

会場 西区民センター3階。

定員 20人。

費用 500円。

申込 6月13日(月)～20日(月)

(土・日曜可)午前10時～午後7時に直接来館か電話で。先着順。

▽西区民センター講座

内容 左表の通り。  
対象 15歳以上の方(中高生)

を除く。

申込 6月13日(月)～20日(月)

(土・日曜可)午前10時～午後7時に直接来館か電話で。先着順。受講料は同期間に納入。

申込先・詳細 西区民センター  
Tel(641)4791

## はちけん地区センターから

▽はちけん地区センター講座

内容 左表の通り。

対象 ②乳幼児とその保護者。

申込 6月11日(土)から費用を添えて直接来館。先着順。

▽我が家のペット自慢写真展!

内容 アトリウムで自慢のペットの写真を展示します。

展示期間 7月24日(日)～8月6日(土)。

応募 6月15日(水)からペット1匹につき1判サイズ以下の写真2枚を持参し直接来館台紙に写真(展示終了後に返却)とプロフィールを載せて展示します。※参加費無料。

申込先・詳細 はちけん地区センター  
Tel(611)0966

## はっさむ地区センター講座

内容 左表の通り。

申込 6月14日(火)午前10時～午後4時に電話で。先着順。

申込先・詳細 はっさむ地区センター  
Tel(662)8411

## ■西区民センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
夏は冷たく！ 手打ちそば講座	7月2日(土) 全1回	午前10時～ 午後1時	20人	1,000円 (他に材料費1,000円)
体づくりと健康維持にも！ 自分を守ろう護身術	7月6日、13日、20日(水) 全3回	午後6時30分～8時	20人	1,800円
親子クッキング お菓子のようパン「ポップオーバー」を作ってたべよう!!	7月9日(土) 全1回	午前10時～ 午後1時	親子(2名) 10組(※)	1,000円 (他に材料費500円)

※1人追加につき、材料費300円を納入。

## ■はちけん地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
①粘土で作るスイーツデコ	6月30日、 7月7日(木) 全2回	午前10時～ 午後0時30分	10人	2,300円 (材料費含む)
②親子でリズム <sup>プラス</sup> 子育て健康相談 ～親子で楽しくできる リズム運動と育児相談～	7月4日(月) 全1回	午前10時～ 11時30分(※)	40組	1組 400円
③囲碁入門2011	7月3日～ 8月21日(日) 全8回	午前9時30分～ 11時30分	12人	2,000円 (テキスト代含む)

※午前10時～11時＝親子によるリズム運動。午前11時～11時30分＝西区健康・子ども課職員による相談コーナー。

## ■はっさむ地区センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
わらべうた講座	6月29日(水) 全1回	午前10時30分～ 11時30分	20人	無料

## 第37回西区民卓球大会

日時 7月3日(日)午前9時45分～午後4時。

会場 西区体育館。

対象 西区に在住または通勤・通学している方。

種目・定員 下表の通り。※硬球、オレンジボール使用。

種目	定員	種目	定員
小学生の部(男女混合)	20人	男子の部	
中学生	50人	シングルス	中学生 50人
一般A(高校生以上)	40人	一般A(高校生以上)	各30人
一般B(50歳以上)	各20人	一般B(60歳以上)	各10組
一般C(60歳以上)		一般A(高校生以上)	
一般D(70歳以上)		一般B(合計120歳以上)	
		女子の部	
		シングルス	中学生 50人
		一般A(高校生以上)	各30人
		一般B(60歳以上)	各10組
		一般A(高校生以上)	
		一般B(合計120歳以上)	

費用 小学生・中学生 100円。一般(高校生以上) 500円。  
※大会当日の受付時に徴収。

申込 6月17日(金)(必着)までに所定の申込用紙を持参(平日午前9時～午後5時)または送付、ファクスで。多数時抽選。※申込用紙配布場所＝西区地域振興課、西区民センター、区内各地区センター、区内各まちづくりセンター、西区体育館、区内各児童会館、山の手図書館。

申込先・詳細 西区地域振興課  
Tel 641-2400 内線 237 FAX 641-2455

## キャンドルナイト

6月22日(水)午後8時～8時10分

1年で昼の時間が最も長い夏至の日に、みんなで一斉に電気を消して、ろうそくの明かりの下で環境のことを考えるイベントです。

琴似地区では、琴似小学校の児童が作成した手作りのポスターとキャンドルを琴似商店街に配り、ライトダウンを呼び掛けます。皆さんも電気を消して、環境のことを考えながら過ごしてみませんか？

詳細 西区地域振興課  
Tel 641-2400 内線252



## 蔵書一斉点検による図書室休室のお知らせ

■西区民センター図書室 (Tel 641-9080)

期間 6月23日(木)～29日(水)

■はちけん地区センター図書室 (Tel 611-0966)

期間 6月30日(木)～7月6日(水)

# 西区からのお知らせ

## 西区体育館スポーツ教室 (日程は変わることがあります。あらかじめご了承ください。)

**申込** 6月11日(土)～17日(金)午前9時～午後8時に直接来館か電話で。多数時抽選。抽選結果は6月21日(火)の午後3時以降に電話などで確認してください。  
**申込期間**を過ぎての受け付けは、6月22日(水)午前9時より先着順にて対応いたしません(定員に空きがある場合)。

**申込先・詳細** 西区体育館・温水プールTEL 662-2149

### ◆子ども・親子向け

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料*
小3 ～小6	少年少女バドミントン	入門 午後4時15分～5時45分	7月1日～9月9日(金) 全10回	各15人	6,100円
		初級			
		中級			
小3 ・小4	少年少女テニスA	午後4時～5時	7月7日～9月8日(木) 全10回	各10人	7,400円
小5 ・小6	少年少女テニスB	午後5時～6時			
小2 ・小3	少年少女卓球A	午後4時15分～5時45分	6月29日～9月21日(水) 全10回	各10人	7,400円
小4 ～小6	少年少女卓球B				
5・6歳	キッズヒップホップ	午後3時～4時	7月7日～9月15日(木) 全10回	各20人	6,100円
小1 ～小6	ジュニアヒップホップ	午後4時～5時			
5・6歳	キッズ新体操A	午後2時～3時	7月7日～9月8日(木) 全10回	各10人	7,400円
		キッズ新体操B			
小1 ～小4	ジュニア新体操	午後4時～5時30分	7月7日～9月8日(木) 全10回	10人	7,400円
3・4歳と保護者	親子体操	午前11時～正午	7月7日～9月8日(木) 全10回	10組	6,100円

### ◆一般 (16歳以上) 向け

教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料*
卓球	入門 午前9時～10時30分	7月6日～9月14日(水) 全10回	各30人	6,100円(4,800円)
	初級			
	中級(火)	7月5日～9月20日(火) 全10回	30人	
	中級(水A)			
	中級(水B)	7月6日～9月14日(水) 全10回	各15人	
	中級(木)			
	中上級	7月6日～9月14日(水) 全10回	30人	

### ◆一般 (16歳以上) 向け ※弓道のみ18歳以上

教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料*
バドミントン	入門 午前9時30分～11時	7月6日～9月7日(水) 全10回	30人	6,100円(4,800円)
	初級	7月6日～9月7日(水) 全10回	15人	7,000円(5,600円)
テニス	初心者	7月13日～8月22日(月/水) 全10回	各10人	7,400円(6,000円)
	初級	7月7日～9月8日(木) 全10回		
	初中級(火)	7月5日～9月13日(火) 全10回		
	初中級(木)	7月14日～9月29日(木) 全10回		
	初中級(金)	7月8日～9月30日(金) 全10回		
	中級(火)	7月5日～9月13日(火) 全10回		
弓道	午後2時30分～4時	7月8日～9月30日(金) 全10回	10人	8,000円(6,400円)
	午後2時30分～4時	7月8日～9月30日(金) 全10回		
さわやか健康体操	午前10時～11時30分	7月6日～9月21日(水) 全10回	各30人	5,100円(4,100円)
からだにやさしい健康体操	午後1時～2時30分	7月1日～9月9日(金) 全10回		
健美操	午前11時～午後0時30分			
ピラティス・ボールシェイプ	午後1時～2時10分	7月5日～9月20日(火) 全10回	20人	6,100円(4,800円)
やさしいヨガ	午後1時30分～2時30分	7月7日～9月8日(木) 全10回		
ヨガ	午後1時～2時	7月4日～9月5日(月) 全7回	20人	4,200円(3,400円)
パワーヨガ	入門 午前10時～11時	7月5日～9月13日(火) 全10回	各30人	5,100円(4,100円)
	応用 午前11時30分～午後0時30分			
棒・しなやかエクササイズ	午前10時30分～11時30分	7月1日～9月9日(金) 全10回	各20人	6,100円(4,800円)
からだ改善～正しい姿勢づくりのストレッチ	午前10時～11時10分	7月7日～9月8日(木) 全10回		
手軽にウォーキングとトレーニング	午前11時20分～午後0時30分			
はじめてのフラダンス	午前11時～正午	7月5日～9月20日(火) 全10回		
ZUMBA※～ズンバ～	午後7時30分～8時40分	7月2日～9月3日(土) 全10回	7月1日～9月16日(金) 全10回	
ナイトヨガ	午後7時～8時			

※ZUMBA=ラテンダンスやエアロビクスなどを融合させたダンスプログラム。  
 ※受講料のほかに毎回施設利用料が必要(中学生以下は無料)。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。

広告



# ひろば

区内で行われた行事を  
写真で紹介します。



4/  
28

## 新1年生に保護帽のプレゼント

発寒地区で福祉用具の製造・販売などを行っている(株)特殊衣料から、近隣の発寒、発寒東の両小学校の1年生に、頭部を保護する帽子が贈られました。



5/  
12

## 屯田兵に思いをはせて

屯田兵の功績と苦勞をしのんで、琴似屯田兵村兵屋跡の菜園で「春の<sup>くわいれたねまき</sup>鋤入種蒔式」が行われ、タマネギや枝豆、とうきびなどの種や苗が植えられました。



5/  
14

## 琴似発寒川「春の一斉清掃」

琴似発寒川と左股川の河畔約12キロにわたって、約2,200人の地域の方が清掃を行いました。清掃後は皆さん気持ちよさそうな表情を浮かべていました。



5/  
14

## 芝の上で楽しむコンサート

発寒河畔公園で「発寒川さわやかコンサート」が開催され、山の手小学校の児童や琴似中学校合唱部の歌声に、約450人の聴衆が酔いしれました。