

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:641-6925 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～

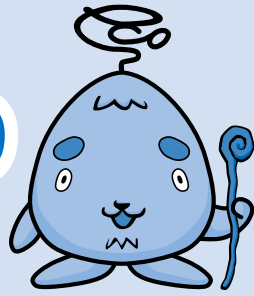
◆西区ホームページ  
<http://www.city.sapporo.jp/nishi/>

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、ファクスまたは西区ホームページの「ご意見・ご要望」フォームをご利用ください。

# にし

2015年  
5月

西区環境キャラクター  
さんかくやまベエ



## まちのできごと

4月1日



### 私たちの遊び場が増えたよ!

発寒南小学校（発寒2-4）に、ミニ児童会館が開設されました。真新しい部屋には、こま回しに挑戦したり、本を読んだりして、思い思いに過ごす子どもたちがいっぱい。来館した男の子は「家にはないおもちゃがたくさんあって楽しい」と目を輝かせていました。

4月4日



### みんなで清掃、きれいな商店街に

地域住民が集まって、発寒北商店街周辺の歩道を清掃。最後に、同商店街で使える地域通貨が贈られました。

4月14日



### 住民から見た、まちの姿を伝える

区内の各まちづくりセンターで、地域住民が市の新採用職員に向けて、町内会活動や地域の特色について語りました。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。

区民の皆さま、初めまして。4月1日に着任いたしました、西区長の浦屋です。どうぞよろしくお願いたします。



西区長 うらや ゆずる  
浦屋 謙

着任のごあいさつ

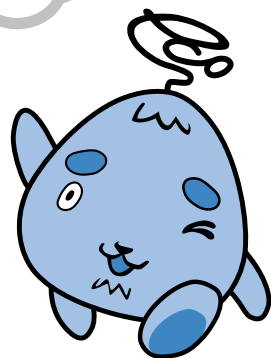
## やまべエの秘密 大公開?!

### さんかくやまべエって?

やまべエは、三角山と琴似発寒川に古くから住む妖怪。年齢は150万歳とされ、西区の自然が大好きで、のんびり自給自足の生活を送っています。偶然にも、名前に西区の自然のシンボル「三角山」と「やまめ(ヤマベ)」が入っていることから、西区の環境キャラクターとして起用されています。



ある日、地元住民が琴似発寒川の清掃をしていたところ、川辺で水を飲もうとしているやまべエを目撃! それから、やまべエの存在が知られるようになりました。もしかすると川に行ったら、やまべエと出会えるかもしれません。



西区が大好き!  
さんかくやまべエです

### こんなところに登場?!

西区が大好きなやまべエは、区内のイベントやお祭りに現れることもあります。もし見つけたら、やまべエに話しかけてみてください。きっと喜びますよ!



また、西区の歴史・文化・四季の自然などを紹介する動画「西区まちあるきノオト」にも登場しています。動画は、本編(16分30秒)と「さんかくやまべエのうたバージョン」(3分)の2種類。やまべエと区民の皆さんが、西区の魅力をたくさん紹介していますので、ぜひご覧ください。

詳細は…



検索

### やまべエのイラストを使ってみませんか

やまべエのイラストは、営利・非営利を問わず無償で使うことができます。イラストは全部で14種類! 使用上のルールなど、詳細はHPをご覧ください。下記担当までご連絡ください。

HP

<http://www.city.sapporo.jp/nishi/yamabee/>

詳細

西区地域振興課まちづくり調整担当

☎ 641-6926

やまべエタクシー!



# やまベエが見た！西区の環境の取り組み

\\ お友達になってくれる? //

## イン 琴似発寒川

毎年春に行われている、やまめの稚魚の放流を見に来たやまベエ。大好きな子どもたちと会えて、とってもうれしそう！やまめが無事に大きく育ってくれるように、川をきれいにしなくちゃね！



## イン 西区役所

夏には、電気を使わずに気温を下げる「打ち水」<sup>ヒーアール</sup>のPRをお手伝い。みんなが水をまいてくれたおかげで、熱い歩道が冷えて、辺りが涼しく感じられるようになりました。

みんな  
めがごとくー



## イン 札幌市生涯学習 総合センターちえりあ

\\ やまベエも一緒に体操するよ! //

寒い冬に、家族や友達と一つの場所に集まり、各家庭の暖房の使用を減らすことで、エネルギーを節約する「ウォームシェア」。この取り組みを普及するイベントに、やまベエも参加。みんなで体を動かしたり、お餅を食べたりしているうちに、心も体も温まりました。



## んな取り組みもあります！

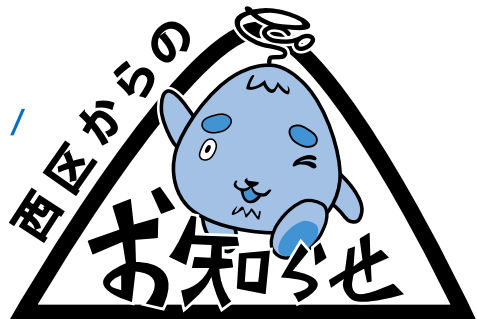
西区役所では、町内会・企業・学校などの団体が地域を清掃する「アダプト・プログラム」の取り組みを進めています。制度の概要や、参加団体の活動の様子を紹介するパンフレットを、下記の場所で配布しているほか、HPでも公開しています。ぜひご覧ください。

**配布場所** 西区役所 1階広聴係・4階地域振興課、区内各まちづくりセンター ほか

**HP** [http://www.city.sapporo.jp/nishi/machizukuri/adopt/adopt\\_pg.html](http://www.city.sapporo.jp/nishi/machizukuri/adopt/adopt_pg.html)



さんかなくやまべエが行く！



5月11日からの内容です

西区内の主な施設

西区役所関係

- ・西区役所 (代表) (琴似2-7) …… TEL641-2400
- ・西区土木センター(西野290) …… TEL667-3201
- ・西保健センター(琴似2-7) …… TEL621-4241

まちづくりセンター

- ・八軒(八軒1西1) …… TEL611-2221
- ・琴似二十四軒(琴似2-7) …… TEL621-2508
- ・西町(西町南9) …… TEL661-2591
- ・発寒北(発寒12-4) …… TEL661-6262
- ・西野(西野6-3) …… TEL663-0360
- ・山の手(山の手3-7) …… TEL613-1929
- ・発寒(発寒5-3) …… TEL664-6411
- ・八軒中央(八軒6西2) …… TEL615-9588

その他

- ・西区民センター(琴似2-7) …… TEL641-4791
- ・西野地区センター(西野4-2) …… TEL666-5550
- ・はっさむ地区センター(発寒10-4) TEL662-8411
- ・はちけん地区センター(八軒6西2) TEL611-0966
- ・西部市税事務所(納税課)(琴似3-1) TEL618-3912
- ・西清掃事務所(発寒15-14) …… TEL664-0053
- ・西消防署(発寒10-4) …… TEL667-2100
- ・山の手図書館(山の手4-2) …… TEL644-6822
- ・西区保育・子育て支援センター  
ちあふる・にし(二十四軒3-5) …… TEL621-1496
- ・西区社会福祉協議会(琴似2-7) …… TEL641-6996
- ・西老人福祉センター ぬくもり(二十四軒4-3)  
…… TEL641-4001
- ・西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL662-2149
- ・西健康づくりセンター(八軒1西1) TEL618-8700
- ・宮の沢屋内競技場(宮の沢490) TEL664-6363
- ・五天山公園管理事務所(福井423) TEL662-2424
- ・農試公園管理事務所(八軒5西6) TEL615-3680

西保健センターから



▽父親教室

内容 育児実習「あかちゃんとのふれあい」おふろと抱っこ」  
日時 5月22日(金)19時～20時45分。受け付けは18時30分から。  
会場 西保健センター2階。

対象 平成27年8月～10月に初めて出産予定の夫婦。  
定員 45組。  
費用 無料。

持ち物 筆記用具、テキスト  
「わが家に赤ちゃんがやってくる」。

申込 5月15日(金)～20日(水)に電話で。先着順。  
申込先 市コールセンター  
TEL(22)4894

▽胃がん・大腸がん検診

日時 6月5日(金)。受け付けは9時～10時。  
会場 西保健センター。  
対象 本年度の胃がん・大腸がん検診を未受診の40歳以上の市民。

定員 50人。  
費用 胃がん検診700円、大腸がん検診400円。

※70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者の方、生活保護世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯の方、大腸がん検診無料クーポン券対象の方(大腸がん検診のみ)は無料。受診の際に各種証明書類をお持ちください。

申込 5月11日(月)から、検診日の10日前までに電話、ファクスまたはEメール(氏名、振り仮名、住所、年齢、電話番号、希望する検診名を記入)で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894、FAX(22)4894  
Eメール info4894@city.sapporo.jp

▽食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座

食と健康の知識を身に付け、健康づくりの輪を広げるボランティアを養成します。

内容 調理実習、公衆衛生ほかに。日時 下表の通り。全6回。  
会場 西保健センター。対象・定員 西区在住で、受講後に西区食生活改善推進員協議会に入会してボランティア活動ができる方。25人。

費用 千88円(テキスト代)。  
申込 5月12日(火)～22日(金)に電話で。先着順。

申込先 西保健センターTEL(22)4241

▽食育・ハネル展

内容 「朝食摂取」と「さっぼろ食スタイル」をテーマとした

パネル展示。期間中、先着50人にレシピ集をプレゼントします。  
期間 6月1日(月)～5日(金)。  
会場 西区役所1階ロビー。  
詳細 西保健センターTEL(22)4241

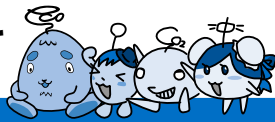
■食生活改善推進員養成講座日程

月日	時間
6月2日(火)、9日(火)、18日(木)、7月1日(水)、7日(火)	13時15分～16時15分
6月26日(金)	9時30分～13時

「ちあふる・にし」から



①サンデーサロン  
内容 毎月第1日曜日にサンデーサロンを開催しています。他の親子と交流したり、親子で一緒に楽しめる遊びの紹介を行っています。  
日時 10時～12時。  
対象 就学前の子どもとその家族、これから親になる方。  
費用 無料。  
②子育てボランティア講習会  
内容 子育て支援の必要性や親子との関わり方を学ぶほか、簡単な遊びを紹介。  
日時 6月10日(水)、11日(木)ともに13時30分～15時30分。  
※別日に近隣の子育てサロンで体験学習あり(希望日の対応可)。  
対象 子どもが好きな方やボランティア活動に関心のある方で、2日間の参加が可能な方。  
定員 15人。  
費用 無料。

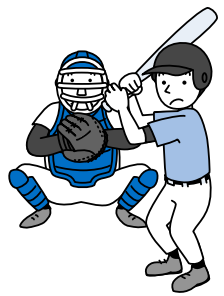


③ Good bye おむつ  
 内容 子どもの発達に合わせた無理のないおむつ外しのタイミングと、トイレトレーニングの進め方。  
 日時 5月27日(水)10時30分～11時15分。  
 対象 1歳半から3歳までの子どもとその保護者。  
 定員 親子15組。  
 費用 無料。

④「あかちゃんのわらわったあそび」  
 内容 親子で触れ合いながらわらわったを楽しみます。  
 講師 「わらわったの云代表 布施早苗さん」  
 日時 6月2日(火)10時15分～11時15分。  
 対象 3カ月から10カ月までの子どもとその保護者。  
 定員・費用 親子15組。無料。

申込 ①不要②5月12日(火)から③5月13日(水)から④5月19日(火)から電話で(土・日曜を除く)。先着順。受付時間は9時～17時。  
 会場 ①西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」②西保健センター2階③④市営住宅二十四軒団地集会所(二十四軒3・5・6・1)。  
 申込先 西区健康・子ども課 子育て支援担当係(64)6954  
 詳細 西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」  
 TEL(613)7882

第13回西区民ソフトボール大会



日時 6月28日(日)8時。  
 会場 新川水再生プラザA・B球場(八軒9西7)。  
 対象・定員 西区に在住または通勤する20歳以上の方で構成するチーム。8チーム。  
 費用 1チーム6千円。  
 申込 5月15日(金)までに電話で。多数時抽選。

その他 6月18日(木)18時30分から、西区民センターで開会式兼代表者会議・組み合わせ抽選会を実施。  
 申込先・詳細 西区地域振興課  
 TEL(64)6926

第26回西区民パークゴルフ大会



日時 6月14日(日)。受け付け11時7時30分～8時。競技11時8時20分～12時。  
 会場 鉄興公園パークゴルフコース(発寒13・11)。※駐車

場はありません。

交通機関 ジェイ・アールバス琴40、中央バス西48・西66から、琴似工業高校前下車。  
 対象・定員 西区に在住で小学4年生以上の方。180人。  
 費用 700円。※クラブ、ボール、昼食は各自持参。  
 申込 5月14日(木)10時～12時に鉄興公園コース管理棟前で受け付け。電話申し込み不可。多数時は12時から抽選。  
 詳細 西区地域振興課(64)6926

琴似発寒川の一斉清掃

日時・場所 5月16日(土)。琴似発寒川河畔(各連合町内会の区域。左表参照)。

連合町内会	集合時間	集合場所
八軒中央	10時	寒月橋
八軒中央	9時	新発寒橋
琴似二十四軒東	9時	発寒橋と長栄橋の間の発寒河畔公園
山の手	9時	発寒河畔公園ゲートボール場
発寒北	9時	寒月橋
発寒	9時30分	長栄橋下
西町	9時	ふもと橋・仲よし橋・長栄橋付近
西野	9時	西野南公園ほか
昭和	9時30分	右股橋 西野7-1緑地

詳細 川の美化事業実行委員会(西区地域振興課内)TEL(64)6926または区内の各まちづくりセンター

三角山健康登山 スタンプラリー



山の手にある西区のシンボル三角山は、子どもからお年寄りまで多くの市民に親しまれている山です。

三角山のいろいろな魅力をもっと楽しく感じてもらうため、スタンプラリーを企画しました。三角山の魅力に触れながら、健康づくりに挑戦しませんか？

内容 月に3回以上登頂してスタンプカードにスタンプを3個押した方に、特製ポストカードをプレゼント。  
 期間 6月1日(月)～11月30日(月)。  
 申込 5月29日(金)から左記でスタンプカードを配布。先着250人。※受け付けは月～金曜の8時45分～17時15分(祝日を除く)。

申込先・詳細 山の手まちづくりセンター TEL(613)1929

広告

## 西区民センターから



### ▽西区民センター講座

内容 左表の通り。

対象 ①③④15歳以上の方(中高生を除く)②20歳以上の方。

申込 5月11日(月)10時から直接来館か電話で。先着順。支払いは5月29日(金)17時まで。定員に満たない場合は、引き続き受け付けます。

## ■西区民センター講座

講座名	月日・回数	時間	定員	費用
①イタリアンのシェフ直伝前菜と絶品パスタ	6月3日、17日(水)全2回	10時～12時	24人	2,500円(材料費含)
②日本酒の味わい種類と銘柄と味を知る	6月18日、25日(木)全2回	14時～16時	24人	3,000円(材料費含)
③好評にお応え夏の手打ちそば講座	6月20日(土)全1回	10時～13時	24人	2,200円(材料費含)
④本格スープカレーばおの味	6月24日(水)全1回	10時～12時30分	24人	1,300円(材料費含)

▽蔵書一斉点検による図書室休室のお知らせ

期間 5月29日(金)～6月4日(木)。

※期間中の返却は、図書室前のブックポストへお願いいたします(CDなどの視聴覚資料は返却できません)。

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・まちづくりセミナー「息の引き取り方、考えますか？」

## ■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リンパケアで美しい姿勢	6月13日(土)全1回	10時～12時	10人	1,000円
②ベビーサインとママサイズ	6月16日、30日、7月7日(火)全3回	10時30分～12時	13組	1組1,800円

## ■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
①たのしいウォーキング	6月3日、10日、17日(水)全3回	10時～11時30分	20人	1,000円
②昭和のメロディー	6月4日(木)全1回	10時～11時30分	30人	500円
③絶品!ガトーショコラ	6月12日(金)全1回	10時～13時	12人	1,200円(材料費含)

内容 「終活」に向けた、2人の専門家による講話。

日時 5月28日(木)13時30分～15時30分。

費用 無料。

申込 5月11日(月)から直接来館か電話で。

▽はちけん地区センター講座

内容 左表の通り。

対象 ②のみ、首が据わった12カ月までの乳児と保護者。

申込 ①5月15日(金)②5月23日(土)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TEL(611)0966

## はっさむ地区センターから

▽はっさむ地区センター講座

内容 左上表の通り。

申込 ①5月12日(火)②5月15日(金)③5月19日(火)の9時～17時に直接来館か電話で。先着順。

▽蔵書一斉点検による図書室休室のお知らせ

期間 6月5日(金)～11日(木)。

申込先・詳細 はっさむ地区センターTEL(662)8411

## 山の手図書館から



▽絵本の読み聞かせ会

日時 5月12日、19日、26日、6月2日、9日の火曜。いずれも15時～15時30分。

▽たのしいおはなし会

日時・内容 5月16日(土)14時～14時20分Ⅱ「世界でいちばんきれいな声」。

▽小学生のためのおはなし会

日時・内容 5月16日(土)14時30分～15時15分Ⅱ「三びきのくまの話」。

▽定期休館日 5月13日、27日、6月10日の水曜。

詳細 山の手図書館TEL(644)6822

広告

広告

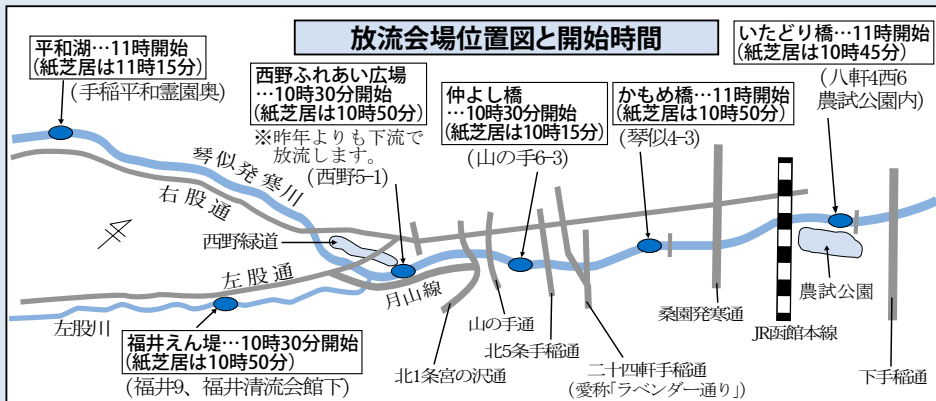
## やまめの稚魚放流

5/23  
(土)

子どもたちに、生き物や自然と親んでもらうため、西区の全連合町内会が主体となって、やまめの稚魚を放流します。また、会場では「さんかくやまべ紙芝居」の読み聞かせを行います。

【会場・開始時間】 下図のとおり。

【その他】 稚魚の放流を希望される方は、放流用のバケツを持参してください。また、法令により4月1日(水)から5月31日(日)までは、やまめの禁漁期間です。皆様のご理解とご協力をお願いします。



詳細 稚魚放流事業実行委員会 (西区地域振興課内) Tel 641-6926

### 西健康づくりセンターから



①ゆるめてすっきりほぐし  
体操

内容 ストレッチなどの簡単な運動を行い、全身を気持ちよく伸ばします。

日時 5月23日～6月27日の土曜(6月13日を除く)。9時45分～10時45分。全5回。

対象 18歳以上の方。

定員・費用 45人。2千680円。

②サルコペニア予防教室  
内容 筋肉量の増加を目的とした運動を行い、運動器機能の維持を目指します。

日時 5月27日～7月1日の水曜。15時15分～16時15分。全6回。

対象 高齢者、運動不足の方。

定員・費用 35人。2千530円。

③はじめよう！生活習慣改善EX  
内容 有酸素運動と、ダンベ

ルやチューブを使用した簡単な筋力トレーニングを行います。

日時 5月30日～7月4日の土曜。15時30分～16時30分。全6回。

対象 運動不足が気になる方。

定員・費用 35人。2千530円。

④ナイトフィットネス(土)  
内容 「肥満予防」体力維持・増進を目的とし、全身の筋力トレーニングを行います。

日時 5月30日～7月4日の土曜。19時15分～20時15分。全6回。

対象 18歳以上の方。

定員・費用 35人。2千530円。

申込 いずれも5月14日(木)までに直接来館かはがき、ファクス(①のみ不可)またはEメール(住所・氏名・電話番号・参加希望人数を記入)で。先着順。

申込先・詳細 五天山公園管理事務所 電話(662)2424、FAX(666)9696、Eメール gotenzan@nankoen.co.jp

※全ての教室で、受講料の他

に受講の都度、施設利用料が必要で

宮丘公園春の自然観察会  
申込先・詳細 西健康づくりセンター 電話(618)8700、FAX(618)8704、Eメール west-school@shsf.jp



内容 樹木や野草の観察。

日時 5月23日(土)10時～12時。※雨天中止。

定員・費用 30人。無料。

集合場所 宮丘公園駐車場(西野290番地宮丘トンネル北側)。

申込 5月21日(木)までに電話、ファクスまたはEメール(住所・氏名・電話番号・参加希望人数を記入)で。先着順。

申込先・詳細 五天山公園管理事務所 電話(662)2424、FAX(666)9696、Eメール gotenzan@nankoen.co.jp

※全ての教室で、受講料の他

## 学校図書館地域開放のお知らせ

学校の図書館を地域に開放しています。地域にお住まいの方であれば、どなたでも本を借りることができます。学校に通うお子さまがいない方も、小さなお子さま連れの方も、気軽にご利用ください。また、図書館の日常の業務や読み聞かせなどをお手伝いしていただくボランティアも募集しています。詳しくは、お近くの開放校へお問い合わせください。

学校名	所在地	電話	開放曜日	開放時間
琴似小	琴似2-7	611-4391	月・火・木	13時～16時
八軒小	八軒4西1	642-0155	月・水・木	
発寒西小	発寒5-7	661-0397	月・水・金	
手稲東小	西野4-3	661-1516		
発寒東小	発寒15-2	663-4088		
山の手小	山の手5-6	621-0439	月・木・金	
平和小	平和3-8	663-4384		
西野第二小	西野8-7	664-0152	火・木・金	
福井野小	福井6	664-5551		
八軒西小	八軒3西5	643-4352		
琴似中央小	八軒7東1	631-6306	火・水・木	[3～10月] 13時～16時 [11～2月] 13時～15時40分
手稲宮丘小	宮の沢3-2	661-7393	月・水 金	10時～14時 13時～15時
発寒小	発寒10-4	661-2521	火・水・金	[4～10月] 13時～16時 [11～3月] 13時～15時30分
西小	発寒7-13	662-5227	月・金 水	13時～16時 13時～15時30分
二十四軒小	二十四軒2-3	642-2855	月	13時～16時
			水	[4～9月] 14時～16時30分 [10～3月] 14時～16時
			金	13時～15時30分
山の手南小	山の手1-9	621-6771	第2土	不定期
西園小	西野1-7	665-3031	月・水・金	[4～10月] 13時～16時 [11～3月] 13時～15時30分
発寒南小	発寒2-4	662-2012		13時～16時

**詳細** 各学校または教育委員会生涯学習推進課 TEL 211-3872

## 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(とくとく健診。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 ※6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
5月14日(木)	9時30分～11時	平和第一会館(平和1-6)
	13時30分～15時	八軒会館(八軒1西1)
5月25日(月)	9時30分～11時	八軒東会館(八軒3東4)
	13時30分～15時	西野中央会館(西野3-8)
6月8日(月)	9時30分～11時	八軒中央会館(八軒6西2)

**詳細** 西保健センター TEL 621-4241

## 早めの草刈りにご協力ください ～ドクガ対策～

毎年、夏になると毛虫が発生します。中でも、「ドクガ」の毛虫は、人の皮膚に刺さると皮膚炎を起こす毒針毛を持っています。

5月のドクガは毒針毛がまだあまり発達していません。この時期に、餌となるハマナスやイタドリなどの植物を刈り取ると、ドクガによる被害を抑えることができます。早めの草刈りにご協力をお願いします。

### 【ポイント】

- 早めに草を刈る(草刈りの際は肌を出さない)。
- 不用意に草むらに入らない。
- 万一、皮膚に毒針毛が付いたときはこすらずにテープなどで取り除いて洗い流す。症状がひどいときは、皮膚科へ。



**詳細** 西区健康・子ども課  
生活衛生係 TEL 621-4247

広告