

清田区の人口・世帯数

※1月1日現在。()内は前月比

人 口 / 115,672人 世帯数 / 46,115世帯 (- 6)

【編集】清田区市民部総務企画課広聴係

〒004-8613 清田区平岡1条1丁目2-1 €889-2018 FAX 889-2402

E kiyota.somu@city.sapporo.jp

清田区のホームページ「きよたFan倶楽部」

HP www.city.sapporo.jp/kiyota/

清田区マスコットキャラクター きよっち

を写真や動画で紹介しています。ぜひご覧ください。

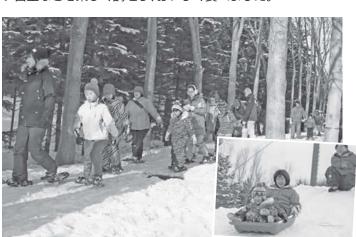


Oフォトボックス



1月10日(水) 冬休み親子料理教室

親子で楽しくクッキング! デコレーション押し寿司やフルー ツ白玉などを楽しく調理し、おいしく食べました。



1月13日出 冬休み平岡公園にぎわいフェスタ

スノーシューを履いての森探検や、そり遊びなどで冬の自然を大 満喫!寒さに負けずに、雪の平岡公園を遊び尽くしました。



1月10日(水) あそびにいこう!とんとんランド 楽しい遊びのコーナーで子どもたちは大はしゃぎ!

多くの 親子連れが地域のボランティアスタッフと交流を深めました。



札幌国際大学の学生による丁寧な指導のもと、ダンベルを使った 体操やストレッチ運動で、参加者は気持ちの良い汗を流しました。

おめでとう!

1月8日 紀に清田区体育館で式典が行われ、清田区の新成人868人が参加。

新成人代表が「自分の可能性を信じ、どんな困難なことにも、 果敢に挑戦していきたい」と力強く決意を述べました。











おかなで支え合う

記憶や判断力が徐々に失われていく脳の病気「認知症」。 札幌市の統計では、65歳以上の10人に1人が認知症と 考えられており、今後さらに増加が見込まれています。 今月は、自分や家族が認知症になったときの相談窓口 などについて紹介します。

ひとりで、家族で、悩んでいませんか?



最近なんだか調子がおかしい…もしかして、認知症?

- ■同じことを何度も聞くと周りから言われる
- ■約束を忘れる、待ち合わせの場所に行き着けない
- ■片付けや料理などが以前のようにうまくできなくなった ■何をするのもおっくうだ etc.…
- ■趣味や好きなことに関心がなくなった
- ■身だしなみに気を使わなくなった

認知症の介護、どうしたら?

- どんな病院へ連れて行ったらいいの?
- ■本人の変化に戸惑う、どう接したらいいか分からない ■介護保険は利用できる? etc.…
- ■自分の時間を持ちたいが、本人から目が離せない



🍟 地域包括支援センターへご相談ください!

高齢者の総合相談窓口である地域包括支援センターでは、認知症やその介護に関するさまざまな相談に応じています。 主任ケアマネージャーや保健師、社会福祉士といった専門スタッフが、本人や家族の状況をお聞きし、相談内容に応じ て、医療機関の受診や介護サービスの利用など、必要な支援へとつなげます。

清田区第1地域包括支援センター(北野、平岡地区)

北野1条1丁目6-28 緑愛園内 ←888-1717

清田区第2地域包括支援センター(清田中央、清田、里塚・美しが丘地区)

受付時間:月~土曜日の8時50分~17時30分(年末年始を除く)

清田区保健福祉課保健支援係 区役所1階5番窓口 €889-2042 でも相談を受けています。



札幌市認知症コールセンター 🖍 206-7837 ※月~金曜日10時~15時(祝・休日、年末年始を除く) 専門的な資格を持った相談員が対応します。

認知症は、早期に発見して対応することで、 症状が軽くなることや、進行を遅らせるこ とができ、これからの生活について考える 時間を持つことができます。

また、適切な介護サービスを利用すること によって、家族の負担を軽減することがで

気になることや困り事があったら まずはご相談ください。

清田区第1地域包括支援センター

高谷 公子 センター長

▶▷▶▷▶ 認知症の方を

地域で見守りましょう

☞日頃からのコミュニケーションを

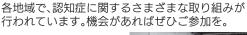
日常的なあいさつや、ちょっとした会話、困っている様子を見たらひと声 掛けるなど、日頃のつながりが安心感につながります。

☞道に迷っている様子を見かけたら

穏やかに声を掛け、相手の言葉にゆっくりと耳を傾けて何をしたいのか 確認しましょう。気掛かりな言動がある場合は警察に連絡を。

- ・服装が季節に合っていない、衣服と履物がちぐはぐだ
- •手提げ袋やバッグを持っていない
- ・脇目もふらずに歩いている
- •バス停や公園のイスに長時間座り続けている





▷ 認知症への理解を 深める講座・交流会

認知症の方や家族の孤立防 止を目指し、講座や交流会を 聞いています。





ネットワーク捜索訓練 住み慣れた地域を舞台に、徘 徊者の模擬捜索を行い、声の

掛け方などを学びます。

清田 2 2018-2 広報さっぽろ 🗶

▶▶▶▶▶ 認知症のこと、気軽に話しませんか ◀◀◀◀

※ 認知症カフェ

認知症の方や支えるご家族、地域住民、専門職の方など、誰もが参加でき、交流や相談ができる場です。 同じ状況の仲間や、認知症に理解のある方たちが集まるという安心感から、気兼ねなくおしゃべりができますし、 出掛ける目的や場所ができることで、閉じこもり防止にもつながります。お茶を飲みながらゆっくり過ごしませんか。









体操や講話など、各カフェ独自の取り組みもあります

●○● 清田区の認知症カフェ●○●

(H30.2.1現在)



名称	住所	電話番号	開催頻度
。 陽だまりひろばカフェ	北野7条4丁目8-25 特別養護老人ホーム清幌園 ※北野連合会館(北野4条2丁目8-28)でも不定期開催	881-7340	月1回
ふきのとうカフェ	清田3条1丁目1-18 小規模多機能ホームふきのとう	883-0937	年11回
ぶどうの木	清田6条1丁目1-30 神愛園清田高齢者福祉総合施設	882-5322	年6回
^{なご} 和みカフェ	平岡3条3丁目1-8 特別養護老人ホームひらおか梅花実 ※冬期間は平岡しんたく自治会館(平岡2条3丁目6-70)で開催	896-5010	月1回
なないろカフェ	里塚2条2丁目4-21 ケアタウン徳洲会札幌南	884-1851	年4~6回
ケアタウン美しが丘カフェ	真栄3条2丁目23-20 ケアタウン美しが丘デイサービスセンター	885-5622	年3~4回
ふるさとカフェ	真栄434番地6 デイサービスセンターふるさと	885-8822	年3回
※開催日時、費用などの詳細は各施設にお問い合わせください			

男性介護者のつどい(ケア友の会)

認知症の方を介護する男性を対象とした講座と交流会です。 男性ならではの介護の悩みについて、同じ立場の方とお話ししてみませんか。

内容 第1部 学びの時間「歯科治療や口腔ケアについて」

講師 歯科衛生士 木本 恵美子氏

第2部 語りの時間「交流会~グループに分かれての情報交換~」

日時 3月6日火 13時30分~15時30分

区役所2階 保健センター講堂 会場

対象 区内にお住まいで、認知症の家族を介護している男性 ※認知症のご本人も一緒にご参加いただけます。

申込 2月23日 金までに電話(土・日曜、祝・休日を除く)またはファクス (住所、氏名、電話番号、ファクス番号を明記)でお申し込みください。



支えるために■□■□■□■

🍟 認知症について正しく理解しましょう

☞認知症サポーター養成講座

認知症についての知識を深め、支援する際の心配りなどを学ぶことができます。

- ▶ 2月28日例に里塚・美しが丘地区センターで 開催されます。詳細は区民のページ7ページ をご覧ください。
- ▶ そのほかにも、町内会や職場、友人同士など、 さまざまな団体・グループを対象に、地域包括 支援センターが無料で開催していますので、 気軽にお問い合わせください。



元気なうちから認知症のことを知って おきたいと思い受講しました。 受講して一番感じたことは、認知症は 誰もがかかる可能性のある病気であり、 隠す必要はないのだということ。 認知症の方をきっかけに地域がつなが ることもあると思います。 学んだことを地域に広げていき.

皆が関わり合う福祉に役立てた いと思います。

受講者の声

塩谷 正美さん

認知症について学んだことを生かしたい…そんなときは、 清田区社会福祉協議会(区役所3階 ₹889-2491)へご相談を。 ボランティア体験の仲介や活動先の紹介をしています。



お知らせ

※本文中の記号の見方 🌈 =電話 📙 = Eメール 先着 = 先着順 抽選 = 多数時抽選



清田区スポーツ講演会

敬老ICカードは来年度以降も引き 続き使用するので、誤って廃棄し ないようご注意ください。

問い合わせ 市コールセンター **ぐ**222-4894

詳細 保健福祉課給付事務係 **◆**889-2040

......

現役時代の経験談や、球団の北海道移転後の活動、元選手ならではの試合観戦のポイントなどについての講演です。

テーマ 「日本ハムファイターズから北海道日本ハムファイターズへ」~東京時代からの変化~

講師 株式会社北海道日本ハムファイターズ 荒井 昭吾氏

日時 3月11日(日) 10時~11時30分(9時45分開場)

会場 区役所3階 大会議室

定員•費用 100人•無料

申込 3月5日 (土・日曜、祝・休日を除く)、ファクスまたはEメール(行事名、氏名、電話番号を明記)でお申し込みください。 **油選**

E kiyota.katsudo@city.sapporo.jp



FMラジオによる雪堆積場情報案内

区内の各雪堆積場の緊急情報(一時閉鎖など)をいち早くお知らせしています。

放送局 FMアップル(周波数:76.5MHz)

問い合わせ 市コールセンター ぐ222-4894



市民健康教育

医療と保健にまつわる最新情報をお届けします。

テーマ お口の健康について

講師 ひだまりスマイル歯科 院長 水上

3時 2月21日例 14時~15時

会場 区役所2階 保健センター講堂

費用•申込 無料•不要

札幌市シルバー人材センター入会相談窓口

シルバー人材センターの概要、お仕事までの流れ、入会手続きなどについて説明し、入会のご相談に応じます。

日時 2月19日(月) 10時~16時

会場 区民センター(清田1条2丁目5-35) 集会室1

対象 区内にお住まいのおおむね60歳以上の方

費用•申込 無料•不要

詳細 札幌市シルバー人材センター ぐ826-3419

65歳からのいきいき就職活動セミナー

内容 シルバー世代の働き方や就職活動の進め方について

日時 2月16日金 9時30分~12時

会場 区民センター(清田1条2丁目5-35) 視聴覚室

対象・定員 区内にお住まいでお仕事を探している方・24人

費用無料

申込 2月13日以~15日休に電話(8時45分~17時)でお申し 込みください。(先着)

申込先・詳細 札幌市就業サポートセンター ₹708-8321

胃がん・大腸がん検診

日時 3月14日(水) 8時45分~10時受け付け

会場 区役所2階 保健センター

対象 40歳以上の方(年1回)

費用 胃がん検診(バリウム)700円、大腸がん検診(検便)400円 ※70歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護受給世帯、 支援給付世帯、市・道民税非課税世帯の方は無料(要確認書類)

申込先・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ◆889-2049 FAX 889-2405

E kiyota.kenko@city.sapporo.jp

認定こども園にじいろ

真栄2条1丁目11-20 **ぐ**883-3044 FAX 883-9547

サンデーサロン

親子で自由に遊んだり、他の親子と交流したりしませんか。

□時 2月25日(□) 10時~12時

対象 就学前のお子さんと保護者、

これからお父さん・お母さんになる方

費用•申込 無料•不要



広告



清田区民府援デー

レバンガ北海道

公式學學問得即



広告

札幌を本拠地とするプロバスケットボールクラブ「レバンガ北海道」のホームゲームに、区内にお住まいの方100人を無料でご招待します(自由席ホーム)。

対象試合 レバンガ北海道 対 千葉ジェッツ

日時 4月1日 (14時5分試合開始(11時10分開場予定)

会場 北海きたえーる(豊平区豊平5条11丁目1-1)

申込 往復はがきに観戦希望者の住所・氏名・年齢・電話番号・返信先(返信はがき)

を記入の上、下記へお申し込みください(1通に対し申し込み1件のみ)。

結果は返信はがきでお知らせします。 抽選

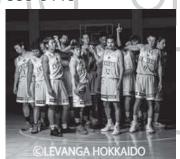
〒004-0041 厚別区大谷地東2丁目5-60

レバンガ北海道 清田区民応援デー係 ぐ555-5113

申込期限 3月18日(1)(当日消印有効)

その他

- ①応募者の個人情報は、株式会社北海道バスケットボールクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送以外には利用しません。
- ②落選した場合は、返信はがきにて特別価格でチケット購入ができる割引券を返送します。 また、当・落選者の同伴者についても、当日券を 特別価格にて購入いただけます。



市・道民税(住民税)の申告が始まります

会場	期間	時間	
南部市税事務所3階 市民税課 (豊平区平岸5条8丁目2-10イースト平岸)	3月5日月~15日休 (土・日曜日を除く)	8時45分~17時15分	
区役所3階 大会議室	2月26日月~3月2日魵	9時~17時	

【申告書へのマイナンバーの記載などについて】

- ●申告書には、申告者や扶養親族などのマイナンバーの記載が必要です。
- ●申告書提出時には、確認書類として、申告者本人の「マイナンバーカード」もしくは「通知カードと身元が分かるもの(運転免許証・公的医療保険の被保険者証など)」の提示が必要です(扶養親族などの確認書類は不要です)。申告書を郵送で提出する場合は、いずれかの確認書類の写しを添えてください。
- ●ご不明な点は、下記までお問い合わせください。詳細 南部市税事務所市民税課 ぐ824-3914

≪南部市税事務所へのアクセス≫ 地下鉄南北線平岸駅3番出口 徒歩10分 地下鉄東豊線美園駅1番出口 徒歩 8分 (※駐車場入口は白石中の島通側です)



清田消防団員募集

平成30年4月1日採用の消防団員を募集します。

対象 区内にお住まいまたはお勤めの18歳以上の男女(高校生を除く)

申込 2月28日 例までに電話(土・日曜、祝・休日を除く、8時45分~17時15分)

でお申し込みください。(採用は面接により決定します)

申込先•詳細 清田消防団事務局(清田消防署予防課内) ₹883-2100

清田



5月号から広報さっぽろが変わります! 清田区版6・7ページの施設情報は「お知らせ」での掲載がなくなります。

清田老人福祉センター(愛称:清田「いきいきセンター」)

清田3条3丁目1-30 休館日 祝日 **◆**885-8500 FAX 885-8533

※2月は、11日 税が開館日、12日 (振休)が休館日です。

名称・内容	日時	講師	定員	申込開始日
健康づくり体操 ストレッチや筋トレについて指導します。	2月23日倫 10時~11時30分	北海道理学療法士会理事 焼原 理恵氏		2月11日網
	3月15日休 10時~11時30分	パーソナルトレーナー 人見 奈々氏	各40人	3月 1日休
パワーアップ体操 体質改善や痛みの解消を目的とします。	2月27日似 13時~14時30分	HSCC認定パーソナルトレーナー	各50人	2月13日似
	3月 8日休 10時30分~12時	伊藤 優果氏	台30人	2月22日(木)
代謝アップ体操 有酸素運動や筋トレについて指導します。	3月 1日休 10時~11時30分	健康管理士 営川 さとみ氏	50人	2月22日(株)
はつらつ体操 理学療法士が指導します。	3月 2日 14時~15時30分	西岡第一病院 理学療法士 山本 泰雄氏	30人	2月21日俶

対象・費用 市内にお住まいの60歳以上の方・無料

申込 申込開始日から電話または窓口でお申し込みください(9時~16時。休館日を除く)。先着

持ち物 長めのフェイスタオル、バスタオル、飲料水 **その他** 動きやすい服装でご参加ください。

修了作品展示会

老人福祉センター講座受講生やサークル活動者が作成した作品を展示します。気軽にお越しください。

日時 2月13日以~23日盆 9時~17時(23日は15時まで) 費用 無料

定員制教養講座受講生募集

講座名	曜日	時間	定員
日本の歴史を彩った人々	月	10時~12時	20人
ペン習字	水	13時~15時	20人
書道	木	10時~12時	20人
水彩画	金	10時~12時	10人

受講期間 平成30年4月~平成31年3月

対象 市内にお住まいの昭和33年4月1日以前に生まれた方 費用 無料(材料費は別途実費負担) または年齢と住所を証明できるもの(運転免許証・公的医療保険の被保険者証など)を持参の上、窓口でお申し込みください(9時~16時)。受講者は3月1日材に決定します。抽選募集内容は変更になる場合がありますのでご了承ください。※この他、申し込みが不要なカラオケ・民謡・舞踊・すこやかヨガ・フォークダンス・フラダンス・健美操講座などもあります。

2月13日以~23日)に「老人福祉センター利用登録証」

区民センター

清田1条2丁目5-35 **ぐ**883-2050 FAX 883-2237

清田区人材育成講座「くらし塾 きんゆう塾」

内容 130年の人生劇場と相続マネー対策

講師 ファイナンシャルプランナー 横江 光良氏

日時 3月8日休 18時30分~20時30分

定員・費用 10人・無料

さっぽろ未来ネット金融学習グループ 花崎 素子

€884-3673 FAX 884-3991 **E** HOmiraiNETTO@aol.com

子育てママのフリールーム

子育て中のママが子どもを連れて、情報交換や息抜きのできる 場所を提供します。本の読み聞かせや人形劇などのミニイベン トもあります。

日時 2月20日火 10時~12時

申込 不要



広告

診れ

地示ジデータ放送とスマホアプリ「i'さっぽろ」で配信情報をチェックしてください!

清田区体育館・温水プール

※2月は、5日月が休館日、12日(版代)が開館日です。

施設利用料(体育館) 一般390円、高校生230円、65歳以上130円

げんきキッズ無料体験会

遊びを通じて基礎的運動能力を養う教室です。

コース	日時	対象	定員
年中・年長コース	3月6日似 15時30分~16時30分	平成24年4月2日~平成26年4月1日 生まれの子ども	30人
小1・小2コース	3月6日似 16時30分~17時30分	平成22年4月2日~平成24年4月1日 生まれの子ども	30人

申込 2月20日 例から電話または窓口でお申し込みください(9時~21時)。 その他 平成29年度後期「げんきキッズ」受講生は参加できません。

清田図書館

清田図書館名作映画劇場

作品 「南極物語」

(1983年公開、日本。上映時間145分)

3時 2月21日(水)

14時上映開始(13時30分開場)

対象・定員 高校生以上・65人

申込 当日、直接会場にお越しください。先着

たのしいおはなしの会

ボランティアグループ「ぽけっと」による読み聞かせ会です。

	費用•申込	
2月15日休	10時30分~11時	
2月24日出	14時30分~15時	年料. 不再
3月 1日休	10時30分~11時	無料•不要
3月10日出	14時30分~15時	



企画展示「知って楽しむ!オリンピック・パラリンピック」

内容 オリンピック・パラリンピックに関する本の展示と貸し出し

期間 2月15日(水)~27日(火)

里塚・美しが丘地区センター

里塚2条5丁目1-1 **◆**888-5005 FAX 792-0444

みんなでクッキング「おうちde蕎麦づくり」

家庭でできる、蕎麦の作り方を学びます(試食と持ち帰り用を作ります)。

日時 3月4日(日) 10時~13時

対象 中学生以上

(小学生以下は大人同伴で申し込み可能)

定員•費用 10人•1,500円

申込 2月12日 個外~21日 例に電話または窓口でお申し込みください(9時~20時)。 (5.5)

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

みんなの茶の間オープンカレッジ

内容 はじめてのコツコツ投資

講師 ファイナンシャルプランナー 佐藤 ´´´與子氏

日時 3月12日(月) 13時~15時

定員・費用 10人・無料

申込 2月12日 個外から下記へファクスまたはEメールでお申 し込みください。先着

清田区里美ネット金融学習グループに

€884-3673 FAX 884-3991

E HOmiraiNET TO@aol.com

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の方と接するときの心構えや介護者の気持ちを学びます。

定員•費用 20人•無料

申込 2月11日劔~21日州に電話または窓口でお申し込みください(9時~20時)。

先着





寿己

広告





2人がイメージする清田区って?

CHIHIRO 最近は、MORIHICO.が入ったTSUTAYAができたり、新し いお店が続々とできて、おしゃれなまちになってきていますよね。

勇一郎 小学生の頃は、これからどんどん開拓されていくんだろうな って印象があったなぁ。今はどんどん新しいものがつくられてきてい て、きれいなまちっていうイメージ。

CHIHIRO 小学生で「開拓されていく」 って、その感覚がすごい!

勇一郎 子どもの頃、じいちゃんが「ここ はどんどん良くなる場所だ」って話して

いたのが印象深くて、それが刷り込まれたんだと思う。

CHIHIRO 小さい頃は、札幌だけど田舎っていう認識がありました よね。でも今は、中心部から離れているけど、おしゃれなカフェとかフ ァッションを楽しめるお店が充実してて、"地元ならでは"っていう特 別感を大切にしているように感じます。誇りに思えるまちです。

勇一郎 そうそう! 小さい頃は、周りに家とか全然なくて、近所の 空き地を駆け回って遊んでいたな。今は自然を身近に感じながら暮ら せる、ポスト円山って感じ!

清田区20周年記念イベントに参加した感想は?

勇一郎 "きよフェス"はもちろんだけど、北野ふれあい夏まつり、平岡 イオンのプレライブ、それらを経ての"きよフェス"大成功だった。北野 の祭りのライブで、来場者が座って聴いているのを見て、スタンディン グゾーンを設置したいって思ったんだ。いろんなアイデアが現場で生 まれて、それらを実現させた"きよフェス"だったよね。

CHIHIRO "きよフェス"のスタンディングゾーンはナイスアイデア でしたよね。フェスタオルのプレゼント企画もすごく喜んでもらえて、 あっという間に無くなっていましたよね。もらえなかった方はすごく 落ち込んでたな。

勇一郎 若い人を巻き込んだイベントにしたかったから、"きよたマル シェ"出店のお店の食レポをSNSで発信したり、いろいろやったね。「こ んなにおいしいお店あったんだ」って新たな発見もあって楽しかった。

> CHIHIRO 私は気になっていたお店に行けた のがうれしかった! プロジェクトメンバーの学 生たちと交流できたこともすごく貴重な時間だ

2018-2 広報さっぽろ 清田

"きよフェス"は企画の打ち合わせから、出演者、プロジェクトメンバー 担当職員が、顔をそろえて何度も話し合いを重ねたから、イベントを一 緒に作り上げたっていう達成感があって、絆も深まったよね。

"きよフェス"コラボ企画、きよたソングを作ろう!歌おう!

勇一郎 この企画・・・、CHIHIROさんが作詞する予定だったのに、曲へ の思いがどんどん強くなって、ギリギリの完成になってしまい、作詞を お願いできず、本当にごめんなさい。でも、打ち合わせで出してもらって いたテーマとキーワードで歌詞を仕上げて、2日前に完成!

CHIHIRO 曲が届いたとき、本当に感動しました。詞に地名は出てこ ないのに、思い浮かぶ"きよた"の風景があって、歌うと懐かしい感じが するんです! "きよフェス"の後もしばらく頭の中でリフレインして いました。

今回コラボさせていただき、自分の引き出しにはない部分に触れ刺激 をもらいました。この曲、みんなに歌い継いでほしいなって思います。



勇一郎 それいいと思う! この曲、 コード進行は一見シンプルなんだけ ど、面白い展開で作っているから、 合唱や吹奏楽でもチャレンジしてほ 区役所のホームページに音 源がアップされています!

音楽を頑張っている、楽しんでいる、みんなへ

勇一郎 小学生の時、美しが丘少年少女合唱団に所属していたんだ。北 海道では強いチームでも全国に行くと勝てず、上には上がいるって思い 知らされて、その時の悔しさが原動力になっていたりもするな。

CHIHIRO それすごく共感します! 私も小学生の時に仲良し5人組 でアカペラグループを結成して、全国までは行けるけど、全国では賞が 取れなくて、「自分はまだまだなんだ」と痛感した。本当に悔しかったな。

勇一郎 プロを目指すと音楽を楽しめない瞬間って出てくると思う。 そこを乗り越えて、今は自分がやりたい音楽ができて、楽しめている。 みんなには、のびのびと音楽を楽しんで、自由な発想で、より世界を広げ てほしい。のびのびと、自由に広がっていくっていう感じ

CHIHIRO 音を楽しむことを忘れず、いろい ろな人とつながっていけたら、それが喜び だったり楽しみにつながっていくと思い

ます。私も楽しむ気持ちを忘れずに音楽を 続けていきたいと思っています!

