

新さっぽろ
町内会

12月資源回収日 のお知らせ

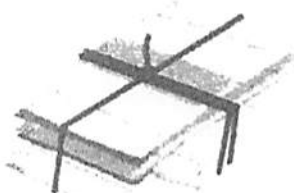
◎12月9日(土) 8時30分まで

・アルミ缶	・ビール、コーヒー、ジュース等
・金属	・鍋(鉄、アルミ、銅製)、フライパン、アルミホイール
・新聞	・折込チラシ ・宅配や美容室等のチラシ ・会社、学校からのプリント、コピー用紙
・雑誌	・通販カタログ、パンフレット ・広報さっぽろ等の冊子・使用済ノート等
・ダンボール	・箱に差込まず全てたたんで紐で縛る
・紙パック	・箱を開いて洗い紐で縛る
・びん	・ビール瓶(国内メーカー)

◎出す所

- ・マンション等は、ゴミステーション横
- ・戸建て住宅は、玄関前歩道

ダンボール



必ずたたんで
出してください。

ダンボールに差し込んで
出すことは止めてください

町内会資源回収活動にご協力を！！

・毎週金曜日のゴミ収集日に、アルミ缶が相当数捨てられていますので、努めて町内会の資源回収日に出していただき、町内会の資源回収活動にご協力下さい。

・昨年の町内会資源回収活動の実績⇒年間約1.5万円(古新聞1.1万余、アルミ缶0.4万)で、市から資源回収実績に応じた奨励金は約5.0万円となっています。

“さわやかサロン開催のご案内”

令和5年11月19日

新さっぽろ町内会福祉部

札幌にも初雪が降り冬の到来です。

- ・ 12月は、下記の要領で開催します。
- ・ 対象 新さっぽろ町内会会員 高齢者（60歳以上）

記

1. 忘年会のご案内

*日時、場所 12月20日（水） 駒岡保養センター
ビンゴゲーム、昼食、入浴、おしゃべりと盛り沢山です。

*会費 2000円 *申込 11月30日まで
参加される方には、後日詳しい日程表をお配りします。

2. さわやかサロン 厚別老人福祉センター 教養室

日 時 12月2日（土）10時～12時

内 容 さわやか体操、ゲーム、脳トレ、おしゃべりなど

3. 楽々ヨガ、おしゃべり 厚別老人福祉センター大広間

日 時 12月17（日）10時から12時 参加費100円

4. モルックで楽しく健康づくり 厚別老人福祉センター大広間

日 時 12月24日（日） 10時から12時



5. 申込、問合せ先 樋田（894-5126）

2023年度 新さっぽろ町内会

各区回覧用

雪中運動会 & お正月遊び

新さっぽろ町内会

日 時 2024（令和6）年1月14日（日）

● 雪中運動会 9:20 ~ 10:30

● お正月遊び 10:45 ~ 12:00

雪中運動会のあと室内に移動して『お正月遊び』を行いますので、引き続きご参加下さい。
荒天の場合は、『お正月遊び』のみの実施となります。

場 所 新さっぽろ東公園

札幌市厚別老人福祉センター

※参加希望の皆さんは、参加申込書にお名前の記入をお願いします。

参加される大人の方も、お名前の記入をお願いします。

小さいお子さんは必ず保護者同伴でお越しください。（保護者の記名を！）

※中学生のお手伝いを募集しています。お名前を記入してください。

中学生も、8:30に公園内受付へ来てください。

※家を出る前に体温を測定し受付時にご報告ください。

（熱がある場合は参加をお控え下さい）

※雪だるまづくりなどの競技があるのでスキー用の手袋をご用意ください。

※各区は、下記宅の郵便ポストに投函するか、12月17日（日）の役員会にて提出してください。

※希望者がいない場合も、その旨、連絡してください。



提出・問い合わせ先

【雪中運動会に関して】体育部

今 枝 （シティハウス 503）

☎090-1307-6422

吉 田 （グランドハイツ B405）

☎090-9450-4952

【お正月遊びに関して】総務部

林

☎090-5980-4043

正月あそび実施要領

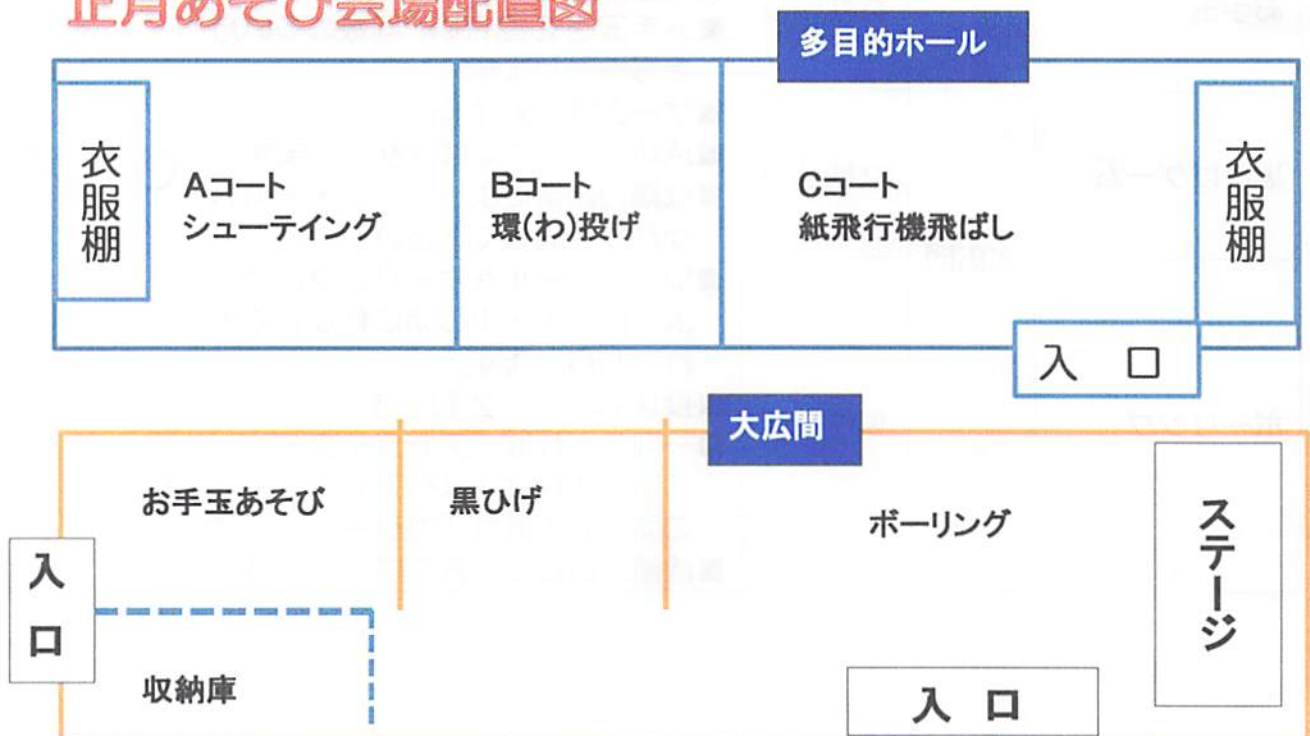
開催日時：令和6年1月14日(日)10時45分から12時迄

開催場所：厚別老人福祉センター（大広間・多目的ホール）

“マスク” 忘れないでね “

1. 多目的ホールに集合して、防寒具等を衣服棚等に収納して下さい。
2. 参加者は、AグループとBグループに組み分けし、Aグループは【大広間】に、Bグループは【多目的ホール】に進んでください。
3. 二人一組のチームをつくってください。
組み合わせは、祖父母と孫・親子・兄弟姉妹・高学年と低学年・役員と子供等々、自由です。
4. 全種目にチャレンジして、楽しんでください。
5. 各ゲームの実施場所には、それぞれ担当役員がおりますので、ゲームの進行は、担当役員の指示にしたがってください。
6. 各ゲームの点数は、「点数表」に必ず記載し、賞品・おみやげを受け取ってください。「点数表」は、当日、参加者に配付します。
7. 各ゲーム会場の責任者は、【大広間】は田中副会長、【多目的ホール】は林副会長、ですので、何か問題があるときは、ご連絡下さい。

正月あそび会場配置図



正月あそび点数表

名前を書いてください

なまえ

①

②

種 目	場 所	担 当	あそびのルール	成 績
シューティング (射的)	多目的 ホール	体育部	■シューティングは、一人5回。 ■弾丸(珠)は一人5発です。 ■標的(まと)が倒れれば、賞品がもらえます。	個
紙 ひこうき飛ばし		男性役員	■飛行機を紙で折ってつくります。 ■練習は1回。 ■飛行機は2回飛ばします。 ■飛んだ距離を測定します。	m
輪投げゲーム		体育部	■お手玉を標的の円に投げます。 ■一人3回投げられます。 ■標的の輪の中にお手玉が入れば賞品がもらえます。	回
お手玉	大広間	女性役員	■二つのお手玉を使用します。 ■練習は1回です。 ■お手玉を2回行い、回数の多い方を得点とします。	回
黒ひげゲーム		女性役員	■ゲームは一人1回 ■成功は○、失敗は×をつけます。 ■成績の結果によって、○・×のいずれかを消して下さい	○ ×
ボーリング		男性役員	■ソフトボールをボーリングと同じように、大・小の箱に転がして入れてもらいます。 ■投球は、一人2回です。 ■一回で入れば「ストライク」 ■二回で入れば「スペア」 ■二回とも失敗は「ガター」 ■成績に合せて○をつけて下さい。	ストライク スペア ガター

12月 お知らせ

(令和5年11月19日)

新さっぽろ町内会 女性部

手 芸 サークル

- 1 日 時 12月11日(土) 13時～15時
- 2 場 所 厚別老人福祉センター 2階
- 3 内 容 コースター

持ち物～毛糸（並太）2色

毛糸針 ハサミ

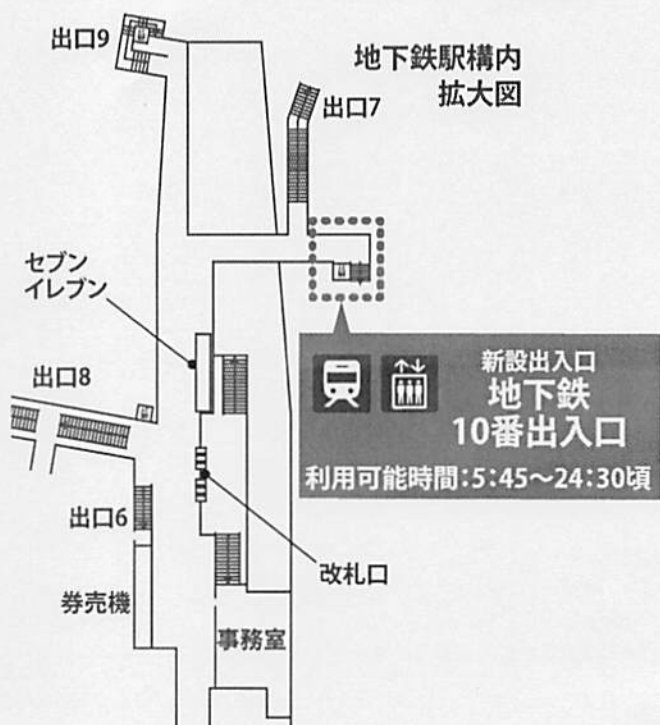
- 4 問い合わせ 麗股（☎ 892-1643）
川島（090-1524-4266）

*マスク着用で参加お願いします

地下鉄出入口新設のお知らせ

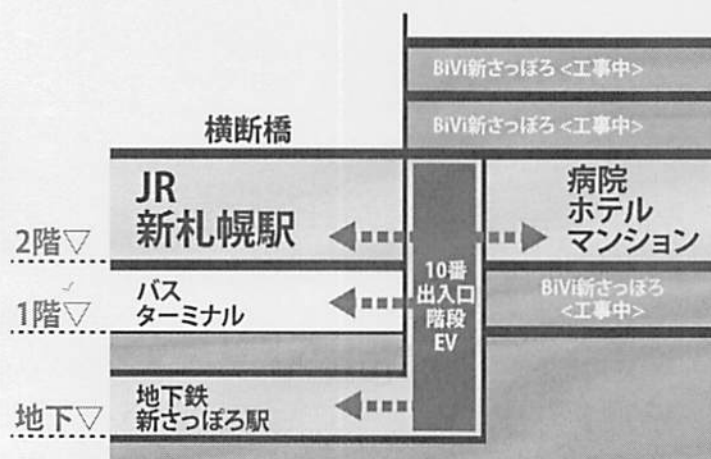
地下鉄東西線の新さっぽろ駅10番出入口が新たに供用開始します

開通日：令和5年 10月26日(木) 始発～



10番出入口は2階にも接続します

10番出入口の階段とエレベーターは
地下・1階・2階の3つの階層で接続しています



問い合わせ先：札幌市まちづくり政策局事業推進課

担当 細川・桑山 011-211-2706

2023年（令和5年）12月 センターだより

おあしす12月号

SAPPORO

発行 指定管理者

社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会

札幌市厚別老人福祉センター

〒004-0051 札幌市厚別区厚別中央

1条7丁目17-25

TEL 892-2211

年末年始の休館日 12/29（金）～1/3（水）

12月講座予定

開放状況

	講座名	曜日	講座日				時間
定員制講座	健康ヨガA	月	11	18	25		9:30～10:30
	健康ヨガB						10:50～11:50
	水彩画A	火	4	18			10:00～11:30
	水彩画B						13:00～14:30
	絵手紙	水	5	19			13:00～14:30
	茶道	金	6	13	20		13:00～14:15
	骨盤体操		6	13	20		13:00～14:00
申込制講座（定員）	書道	土	1	8	15	22	13:00～14:30
	健身操A	月	4	18			13:00～14:00
	健身操B	月	11	25			13:00～14:00
	舞踊	火	5	12	19		13:00～14:00
自由参加講座	フラダンス	土	9	16	←第2・3		13:30～14:30
	詩吟	火	5	12	19		10:00～12:00 （定員35名）
	民謡	金	1	8	15		10:00～12:00 （定員35名）
	社交ダンス	水	6	13	20		13:00～15:00 （定員50名）

ロビー	開放
定員制講座 申込制講座 自由参加講座	開講
サークル	開放
入浴（お風呂）	利用可
図書室	利用可
機能回復訓練室 （マッサージ機・血圧計）	開放 16:30迄
囲碁・将棋 （囲碁盤7） （将棋盤1）	開放 月～土 16:30迄
卓球	開放
飲食	1階の ロビーのみ可
2階のだんらん室の利用がない日は開放（飲食可）16:30迄	

※急遽予定が変更になることもございます。あらかじめご了承下さい。

自由参加講座の定員を大幅に上回った場合は、入れ替え制や回数制限をもうける場合がありますので、ご了承ください。

12月の卓球利用日

火 5 12 19 26
金 1 8 15 22
土 2 23

20名程度

9:00～11:45

13:00～15:45

年末年始休館日のお知らせ

12月				1月			
28	29	30	31	1	2	3	4
木	金	土	日	月	火	水	木
開館	休館	休館	休館	休館	休館	休館	開館

厚別1234
登録証
（カード）

入館受付の際には、必ず登録証をご提示ください。

老人福祉センターご利用の皆様へ【お願い】

- 体調が悪い場合や発熱がある時は、センターを利用しない
平熱を超える発熱や、だるさや疲れやすいなど普段と違う場合、咳や
のどの痛み、同居家族に体調不良の方がいる時は様子をみましょう。
- 高齢者施設のため、マスクの着用をお願いしております
- 手指消毒や手洗い（活動前、活動後、トイレ使用后）
石鹸で手洗いをし、こまめに手指消毒をしましょう。



入浴(お風呂)について

感染予防対策として混雑緩和のため人数制限を
設け、当日整理券を配布します。

利用日は月・水・金の週3日

※祝日等で閉館となる場合は、同じ週の
火・木の開館日を浴室利用日とします。
※詳細は入浴カレンダーをご覧ください。



料金 200円

1時間毎の入れ替え制です。

- ① 13:00～13:40
男性6名 女性6名
- ② 14:00～14:40
男性6名 女性6名
- ③ 15:00～15:40
男性6名 女性6名

13:40～14:00
14:40～15:00は
消毒・換気を行います。
終了次第ご案内します。

入浴カレンダー



入浴日○

日	月	火	水	木	金	土
					①	2
3	④	5	⑥	7	⑧	9
10	⑪	12	⑬	14	⑮	16
17	⑱	19	⑳	21	㉒	23
24/31	㉔	26	㉖	㉘	29	30

入館方法について

高齢者施設のため、マスクの着用を
お願いしております

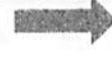
①入館受付

登録証
(カード)

登録証を提示して
入館受付表に記入

②靴をシューズボックスに

入れて鍵をかける



検温器と消毒液を設置しておりますので、
ご利用ください。



こちらをスマートフォンなどで
読み取ると厚別老人福祉センターの
HPを見ることができます



老人福祉センターに入館する際には
毎回利用登録証をご提示下さい。
不審者の侵入防止、入館資格有無の
確認の為に必要です。
また、万が一の事故・急病の際に
重要となります。



登録証
(カード)

カラオケサークル

第1土・日曜日
第3・4土曜日
10:00～15:00
定員35名程度 大広間

相撲甚句サークル

金曜日 月1回
不定期、主に第4
主に10:00～12:00
定員35名程度 大広間

NEW

社交ダンスサークル

第4金曜日 活動開始予定 11/22(水)～
10:00～12:00
定員20名程度 多目的室



ひばりが丘

学校だより

(令和5年度 第8号)

令和5年10月31日発行

札幌市立ひばりが丘小学校

学習発表会で育てたい力

学校行事部 大塚みずき

運動会に引き続き、学習発表会も全校で取り組めるようになりました。コロナ禍を経て、子どもたちにどのような力を付けてほしいか、どのような活動を通して付けるか見直して、子どもたちへ指導しています。5月の学校だよりでは、「自立」と「共生」の2つを育てていきますとお伝えしました。

学習発表会では、以下のように目標を設定しています。

自立（自主性）

自分の役割を果たし、
創意工夫して練習に取り組み、
その成果を発表する。

共生（社会性）

お互いの頑張りや他学年の発表
のよさを見付け、励まし合う。



学級、
学年の練習の中で

日々の練習の中で、
児童公開日に他学年の
発表を見て…

他の学年の発表を見合う「児童公開日」ですが、昨年度までは、1学年ずつ体育館で見たり、テレビを通して見たりという形をとっていました。今年度は、全校が体育館で児童公開日に参加します。よいところを見付けてキラリカードを書き、送り合うことで保護者公開日当日の励みにしています。保護者の皆様にも保護者公開日終了後「キラリカード」を書いていただき、来年度の子どもの励みにつなげていきたいと思ひます。ご協力ください。

当日の成功が全てではなく、練習の過程を大切に指導していきます。ご家庭での声掛け、励ましのご協力をよろしくお願いいたします。



雑巾を寄贈していただきました



日本赤十字奉仕団 厚別中央分団様より、「小学校での活動でお使ひください。」と、雑巾を寄贈していただきました。これまでも、毎年お贈りいただひており、大掃除の際などに大切に使用していただひておりました。今回も、ありがとうございました。



アンケートは、お子様が落ち着いた状況で記載できるようプライバシー保護の観点などから、お子様自身が、家庭で記入します。調査の趣旨及び設問の内容等については、十分理解できるように説明しておりますが、ご家庭においても、悩みやいじめについて話し合いながら記入するなど、ご協力をお願いします。アンケートは、学校から配付された封筒に入れ、封をした上で学級担任に提出してください。

回收日…11月 6日 (月)

ご提出いただいたアンケートについては、学校において内容を確認し、いじめだけではなく様々な悩みについても全員から聞き取るなどして、悩みやいじめの解消に向けた対応を行います。

学校無人化としますので、お急ぎの連絡は下記の学校代表アドレスにお願いいたします。

令和6年度の新入学児童を対象に就学時健康診断が実施されます。

1・2・3年生は、会場準備等の都合によ
り、午前授業となります。給食後、13時00分
に下校します。

保護者公開日当日は、学年ごとに時差登校となっております。登校・下校時刻や保護者の入場など詳細につきましては、先日配付されました「学習発表会保護者公開日について」をご覧ください。

学年の力を合わせて、精いっぱい頑張る子どもたちの姿をご覧ください。

学校への電話連絡

月曜日～金曜日

学校 892-4802

※7:45~17:30

学校メールアドレス hibarigaoka-e@sapporo-c.ed.jp へお願いします。

○急な転校、事件事故に遭った時（まず110番）には、必ず学校への連絡をお願いいたします。

お願い

学校メールでの連絡は、緊急時のみにお願いいたします。このメールは、職員に転送されます。利用の際には以下の3点をご確認ください。

①メール送信の際、件名には学年・組、児童氏名を入れてください。

②本文には緊急な要件と電話連絡先を必ず入れてください。

③折り返しの連絡には、時間がかかることも考えられますのでご了承願います。





もみじだい

学校教育目標 「夢をもち 地域と共に生きる生徒の育成」

「自分たちで合唱を創る楽しさと難しさ」

生徒活動部 喜多山 航

校内に歌声が響く季節となりました。現在、11月2日(木)に予定されている合唱フェスティバルに向けて各学年が活発に取り組んでいます。

合唱フェスティバルは生徒主導で合唱を創り上げていく行事です。その難しさを現在、活動中の生徒たちは感じていることでしょう。しかし、難しさを感じると同時に楽しさ・やりがいも感じているはずです。

自分たちで創るからこそ、合唱を通して貴重な学びが生まれます。「合唱フェスティバル」という行事で大切なのは完成度の高い合唱を披露すること以上に、学年・学校としてどのような合唱を創り、その合唱を全校生徒・保護者の方々・地域の方々にどう届けたいか「全員」で考え、そこに向けて、自分たちで高め合い、その方法を試行錯誤していく過程です。その過程には「模範解答」がありません。「模範解答」がないからこそ、学年・学校の実情に合わせて、子どもたちは何度も話し合い、取組の方法を選択したり、生み出したりしていくことになります。その中で「ここをもっとこうしたい」「ここはこのように変えた方がいいのではないか」といった意見交流が盛んに行われ、自分たちで合唱を創っていくことを期待したいと思います。

今年度の合唱フェスティバルは来賓、保護者に公開いたします。ぜひ足をお運びいただき、子どもたちの取組の成果を御覧いただければと思います。併せて、お子様との会話の中で合唱の活動についても話題にしていいただければ幸いです。教職員一同、自分たちで合唱を創り上げていく様子を見守り、時にはアドバイスやヒントを与えつつ、子どもたちの活動を支えていきたいと思っております。



「学校祭を終えて」

1年生は初めての学校祭で分からないことや、不安なところがたくさんありましたが、その中でみんなの協力や助け合いが何度も見られ、学校祭を通してクラスの仲がより深まり、助け合いの力も伸びたと感じました。小道具が練習中に折れてしまったときは、「小道具手伝うよ。」や照明の人数が足りないときには、「その時、僕、出番がないので照明やります。」と自分たちから助けにいく姿が多く見られ助かりました。時には、うまくいかず、仲間割れしてしまうときもありましたが、話し合っ、また一緒に練習している姿が見られました。他学級の発表では、クラスの団結力を感じました。初めての学校祭だったのに完成度が高く、驚きました。キャラクターの声なども自分たちで作っていたし、普段の生活をネタにしている、とても面白かったです。他学年の発表は迫力がすごく、先輩方のダンスや劇はクオリティーが高く、内容もとても面白かったです。私も2年生、3年生になったら、もっと上を目指して、頑張りたいと思います。私が一番驚いたのは、全体の雰囲気です。全校生徒のみなで、学校祭を盛り上げていて、すごく良いな、と感じました。自分たちの発表のときには、全校生徒の盛り上がりのおかげで、緊張がなくなり、練習の成果を発揮することができ、とても楽しめました。

(1年1組 ○○ ○○)

「2年2組の伝説」

私は今回の学校祭で一人の努力が全体に影響することを知りました。

2年2組は学校祭前日まで学級閉鎖となり、他の学級よりも全員が集まって練習した期間が短かったです。学級閉鎖になる前までに時間内で終われたことも、体育館で通し練習をしたことも少なかったのも、とても不安でした。そんな中挑んだ本番では、学級閉鎖だったことを感じさせないほどの発表ができ、自分達も驚きました。その時に、個人練習をする、家で台本を読むなどの一人一人の小さな努力が積み重なってできた発表だったと実感しました。実際にみんなで協力する機会が少なかったですが、その分個人の努力が目に見えてよかったです。

学校祭を通じて一人の努力は大きなものであることに気が付きました。同時に、良いことだけではなく、悪いことも影響されると思ったので、今後の学校生活や行事で良い影響を与えられるように頑張りたいです。

(2年2組 ○○ ○○)

「学校祭を振り返って」

今年の学校祭のスローガンは「バタフライ」でしたが、クラスや学校全体で表現できていたと思います。

夏休み前から考えられていた発表はどのクラスもレベルが高く、大道具から小道具、ダンスや演技の細かい所までこだわっていてとても魅力であふれていました。そんな発表になったのは、日々練習を積み重ねたり、道具作りを試行錯誤したりしていたみなさんの努力の成果で、本当に感動しました。

学校祭当日では、発表をしているときに全力で、盛り上がり、終わった後は、盛大な拍手を送っていました。クラスや学年の壁を越え、学校一丸となって応援している様子に、私は心を打たれ、最高の学校祭になりました。これからの日常生活でも、あの学校祭のように、互いを尊重して、応援し合えるようにしていきたいです。

(3年2組 ○○ ○○)

「学校祭を終えて」

今年私は、今回の学校祭ステージ発表で頑張ったことは、ダンスをリズムに合わせて踊ったことです。始めは中々リズムに合わせて振り付けを覚えるのが難しかったのですが、テンポをゆっくりしたり、速くしたりを繰り返しながら行うことで、当日は成功させることができました。

次に、6組全体で良かったことは、当日欠席者が出ても当日いるメンバーで協力してカバーできたことがとても良かったと思います。本番は急きょ、変更した所があったにも関わらず、みんなで助け合えたことがよかったです。みんなで成功させたい気持ちが強かったから成功できたと思っています。各クラスのステージ発表で面白かったのは、1年1組のゴレンジャーのパロディーが面白かったです。特に、けん銃を打つシーンはとても面白かったです。

最後に、来年頑張りたいことは、来年度入ってくる1年生と一緒に今年以上のステージ発表にできるようにしたいです。

(1年6組 ○○ ○○)

中体連新人戦大会結果報告

○野球部(9月3日 篠路中学校) 対 琴似中 1-5 2回戦敗退

○バドミントン部(9月30日・10月1日 信濃中学校)

団体戦 男子 对上野幌中 1-2 1回戦敗退 女子 对上野幌中 1-2 1回戦敗退

個人戦 男子シングルス ・○○○○ 第4位(全市大会進出) ・○○○○ ベスト8

女子シングルス ・○○○○ 第3位(全市大会進出) ・○○○○ ベスト8

○テニス部(10月9日 円山公園)

・男子 ○○○○ ○○○○ 第1位 ・女子 ○○○○ ○○○○ ベスト8

○女子バレーボール部(10月14・15日 篠路中学校)

・対 札苗北中 0-2 ・対 琴似中 0-2 ・対 新琴似中 0-2 予選ブロック敗退

○男子バスケットボール部(10月21日 発寒中学校) 対 発寒中 18-122 初戦敗退

合唱フェスティバルの御案内

日時: 11月2日(木) 11:00~

会場: もみじ台中学校 体育館

日程: 1年生合唱→小学生斉唱→2年生合唱
→3年生合唱→全校合唱

11月のおもな行事予定

1日(水) No部活動Day

17日(金) 会議のため完全下校

20日(月) 教育相談日

~27日(月)

学校HP





地域安全ニュース



令和5年11月



ひとりで判断しないで!

特殊詐欺の被害者の多くは「あの時誰かに相談すればよかった」と後悔されます。

皆さんが詐欺の被害に遭わないためには、一番はひとりで判断しないことです。

不審電話、不審メールなどが来たら、すぐに家族や警察に相談してください。

警察相談ダイヤル「#9110」が、24時間電話相談窓口となっております。

詐欺電話がきたら「#9110」



厚別署管内犯罪発生状況 (9月末暫定値)

- 凶悪犯～4件（強盗等）
- 粗暴犯～68件（暴行・傷害等）
- 窃盗犯～463件（自転車盗、万引き）
- 知能犯～24件（詐欺等）
- 風俗犯～12件（わいせつ等）
- その他の刑法犯～58件（器物損壊等）

タイヤ盗難にも注意!

タイヤ交換の時期となりました。
タイヤを保管する際は、鍵の掛かる場所で必ず施錠しましょう!
物置、倉庫などにセンサーライトを設置することも効果的です。



厚別・北広島防犯協会連合会

厚別警察署

896-0110

2023年
12月開講

厚別公園競技場

教室内容等詳細は裏面へ

フィットネス教室受講生募集！

【申込期間】 2023年11月1日(水)～14日(火)

「さぼーとさっぽろ 受講料助成！」

会員または同居家族の方は「教室WEB申込み」の場合に限り、
受講料から**400円助成**されます。

- ① 右記のQRコードより、さぼーとさっぽろ入力フォームにアクセスいただき、
必要事項を入力してください。(3/1よりアクセス可能です)
 - ② さぼーとさっぽろより、ご入力されたメールアドレス宛に
クーポンコードが発行されます
 - ③ 札幌市スポーツ協会の教室WEB申込みフォームにて
②で発行されたクーポンコードを入力しお申込みいただくと
助成額の適用となります。
- ※ 1年度1家族につき、1回の適用となります。



教室風景

コンディショニングヨガ



ピラティス



【申込方法】

WEB、電話・施設窓口 のいずれかにてお申込みください。

<WEB> 24時間お申込み可能です。(申込初日9:00～申込最終日23:59:59まで)
<電話・施設窓口> 8:30～20:00

【抽選日】

11月17日(金)9:30

各教室定員を超えるお申込みがあった場合は、コンピュータにて自動抽選いたします。

<WEB> 抽選結果については、11月17日(金)にメールでお知らせいたします。
<電話・施設窓口> 落選された方のみ11月17日(金)までに電話連絡いたします。

【追加募集】

11月18日(土) 8:30～【電話受付のみ】

定員に空きがある教室は、先着順にて追加申込を受付いたします。

11月19日(日)以降は、施設窓口でも受付可能です。
先着順のため、定員に達した場合は受付を終了いたします。
※WEB申込み・WEB決済は対応しておりません。

WEB申込み



【納入方法】

<WEB>

納入期間 11月17日(金)～11月30日(木)

当選結果メールに記載している決済ページURLにアクセスしていただき、
「クレジットカード決済」、「コンビニ決済」のいずれかの決済方法にてお支払いください。
お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

■ご利用いただけるクレジットカード⇒VISA・MasterCard・JCB・American Express・Diners Club

■ご利用いただけるコンビニ⇒ローソン・ファミリーマート・セイコーマート・セブンイレブン

※施設窓口での現金納入はできません。

<電話・施設窓口>

納入期間 11月19日(日)～11月30日(木)

ご受講をキャンセルされる場合や、やむを得ない事情(入院・旅行など)で上記期間にお支払いできない場合は、
必ず当施設までご連絡ください。

※連絡なくお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなります。



フィットネス教室 (16歳以上の方)

※「65歳以上の方」の料金は受講期間中に誕生日を迎える方も含みます。納入の際、年齢の確認できるものをご提示ください。
また、「障がいのある方」の料金は、障がい者手帳・療育手帳・障がい児通所支援受給者証をお持ちの方の料金です。
納入の際、各種手帳をご提示ください。

番号	教室名	曜日	定員	時間	回数	受講料(税込)			指導員	受講期間	内容
						一般	65歳以上の方	障がいのある方			
101	ピラティス 運動強度：☆☆☆	火	20	11:00 ～12:00	15	15,750	11,250	9,000	【定居 昭希】 指導歴16年！	12/5～3/26	身体のバランスや癖を直し、ボディラインをすっきりさせ、疲れにくい身体と日常生活に必要な筋力や柔軟性を身につけよう！初心者の方、大歓迎です♪
103	コンディショニングヨガ 運動強度：☆☆☆	金	20	14:00 ～15:00	16	16,800	12,000	9,600	【武田 真弓】 AFFA3が 資格所持！	12/1～3/29	筋肉を刺激し、身体と心をスッキリ爽やかに整えましょう！深呼吸と共に身体をゆっく動かしますので、初心者の方も安心して受講できます。運動不足を解消したい方や、身体を柔らかくしたい方からはこの機会に是非♪

＜お申込みにあたって＞

- お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。
- 教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- 伝染病の方は教室の受講をご遠慮ください。
- 指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合、その後の受講をお断りいたします。
- 自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大予防などにより、急遽日程の変更または中止とする場合があります。
- お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載いただいた連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします(電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします)。
- 教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、1教室につき 500 円(開講前含む)を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
- 教室広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますので、その際は事前にお知らせさせていただきます。

＜個人情報の取扱い＞

- お申し込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し適切に管理します。
- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
- ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
- ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析
- ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認、また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

ワンコイン体験のお知らせ！



- ・1教室1回限定
- ・開講後、定員に空きのある教室は体験できます！
- ・詳細は当施設までお問合せください！

気になる教室、この機会に体験してみませんか？



が 便利！！

受講者の方には「受講者カード」をお渡ししています。すでにカードをお持ちの方は「初回ユーザー登録」をいただくことで教室申込みが簡単になります。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等での申込みができます！
- 申込期間中は24時間お申込み可能です！
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします！



厚別公園競技場

〒004-0033

札幌市厚別区上野幌3条1丁目2番1号

札幌市屋外競技場施設グループ指定管理者



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します

☎ (011)894-1144

■ 開館時間 8:30～21:00

■ 休館日 第3月曜日

■ 駐車場 夏季：63台 冬季：51台



停車場通信

令和 5 年(2023 年)11 月10日発行

4年ぶいの

さわやか健康茶話会が開催されました



10 月 23 日(月)から 27 日(金)の 5 日間、厚別中央地区の 5 会場で「第 29 回さわやか健康茶話会」が開催されました。この催しは、地域でひとり暮らしをしている高齢者の皆さんに楽しい時間を過ごしていただくため、厚別中央地区社会福祉協議会の主催、6 機関(※)の協力および赤い羽根共同募金の支援により開催されているものです。

参加された皆さんは、血管年齢や握力の測定を行った後、体操で体をほぐし、懐かしい流行歌や童謡をピアノ伴奏に合わせて元気よく歌いました。最後は、普段見守りをされている民生委員や福まち推進員、町内会長など、地域の方達との歓談で交流を深め、楽しいひと時を過ごされていました。

参加者の方からは「久しぶりに懐かしい歌を歌ってとても楽しかった。」「普段はテレビを見て過ごすことが多いが、今日はたくさんおしゃべりができて嬉しかった。」などの声が聞かれました。



(支援)赤い羽根共同募金



旭町会館(10月23日)



ひばりが丘西集会所(10月24日)



厚別信濃会館(10月25日)



ひばりが丘東集会所(10月26日)



厚別老人福祉センター(10月27日)

(※協力6機関)厚別中央地区福祉のまち推進センター、厚別中央地区民生委員・児童委員協議会、厚別区介護予防センター厚別中央・青葉、厚別区第2地域包括支援センター、厚別区社会福祉協議会、厚別区保健福祉課

赤十字奉仕団の活動紹介

札幌市赤十字奉仕団厚別中央分団では、様々な社会奉仕活動を行っています。介護施設などへの手作りの雑巾寄贈もその一環で、この日は、ひばりが丘小学校で佐藤厚子分団長(ひばりが丘中央会)、山本智子副分団長(旭町町内会)から小松直毅校長へ雑巾 50 枚が寄贈されました。佐藤分団長は「子ども達の清掃活動に役立ててほしい」と話していました。今後、信濃小学校、信濃中学校へも寄贈が予定されています。



北海道社会貢献賞表彰

健全な青少年を育むための指導や環境づくりの推進など、青少年の健全育成にご尽力いただいたご功績を称え、北海道社会貢献賞(青少年健全育成功労者)として、平成 8 年から青少年育成委員を務められている渋谷隆さん(厚別中央振興会)が表彰されました。おめでとうございます！



地区カレンダー

(行事の詳細については、広報さっぽろやホームページ、各団体のチラシをご覧ください。)

厚別区・札幌市	厚別中央地区
11月	11月
12日～25日 女性に対する暴力をなくす運動期間(厚別区役所他)	9日 福まち健康サロン(厚別信濃会館)
22日～12月25日 第43回さっぽろホワイトイルミネーション(大通会場)	13日 交通安全早朝街頭啓発 (とんでん厚別店、ニトリ厚別店前)
	15日 子育てサロンび-ちくパーク (ひばりが丘小学校)
12月	12月
29日～1月3日 市役所・区役所 休み	13日 福まち健康サロン(厚別信濃会館)
	20日 子育てサロンび-ちくパーク (ひばりが丘小学校)
	21日 すこやか倶楽部 (厚別信濃会館)
	29日～1月3日 まちづくりセンター 休み
1月	1月
4日 厚別区新年互礼会(ホテルエミシア札幌)	10日 福まち健康サロン(厚別信濃会館)
7日 厚別区成人のつどい(ホテルエミシア札幌)	17日 子育てサロンび-ちくパーク (ひばりが丘小学校)
	25日 すこやか倶楽部 (厚別信濃会館)

令和6年厚別区成人のつどい



日程 令和6年1月7日(日)

13時～13時45分(12時30分開場)

会場 ホテルエミシア札幌(厚別中央2条5丁目)

対象 厚別区に住民登録がある、平成15年(2003年)4月2日～平成16年(2004年)4月1日生まれの方。

対象の方には12月上旬に案内状を郵送予定です。

その他 厚別区に住民登録のない方の参加方法は、
厚別区役所ホームページに掲載しております。

ホームページはこちらから→

【問い合わせ先】厚別区役所地域振興課 ☎ 895-2442



毎年11月12日～25日は、
「女性に対する暴力をなくす運動」期間

期間中、厚別区では、女性に対する暴力を根絶するための取り組みとして、厚別区役所内でのパネル展や厚別図書館での関連図書のミニ展示などを行います。

日程 令和5年11月12日(日)

～令和5年11月25日(土)

場所 厚別区役所ほか

主催 厚別区役所地域振興課

協力 厚別図書館



◆編集後記◆(所長のつぶやき)

夏の猛暑が嘘のように、朝晩の冷え込みが身に染みる季節になりましたね。この時期になると皆さんを悩ますのが、公園の木々や街路樹の落ち葉ではないでしょうか。歩道など公共の場所での落ち葉清掃にはボランティアごみ袋をお使いいただけます。まちセンで配布していますので、お気軽にお越しください。写真は、北海道ニチレキ工事(株)様から厚別中央振興会へ寄贈された、まちセン前の新しいベンチです。「可愛くてとても座りやすい！」と大好評です。バス待合やお散歩の時、ぜひご利用ください。



厚別区マスコットキャラクター
「ピカットくん」

編集・発行

厚別中央まちづくりセンター 厚別区厚別中央4条3丁目3-6

TEL 011-891-3907 FAX 011-895-0149

厚別区役所ホームページ <https://www.city.sapporo.jp/atsubetsu/>

札幌市役所ホームページ <https://www.city.sapporo.jp/>

SAPPORO



さっぽろ市
02-Q01-23-393
R5-2-296