

新さっぽろ
町内会

2月資源回収日 のお知らせ

◎ 2月11日（日） 9時まで

※1日で回収します。

・ 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

※ 対象回収品目はこれまでと変更はありません

紙類	新聞	雑誌	ダンボール	紙パック
				
折込等のチラシ・ コピー用紙も可。	カタログ・パンフ レット・ノートも可。	送り状やテープ、 金具は取り除く。	中を洗って乾かし 切り開く。	

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2.5万円（古新聞1.6万余、アルミ缶0.9万）で、市から資源回収実績に応じた奨励金は約6.8万円となっています。

平成 30 年 2 月 お知らせ

(平成 30 年 1 月 21 日)

新さっぽろ町内会 女性部

手芸講座 (編み物)

1 日 時 2 月 9 日 (金) 13 : 00 ~ 15 : 00

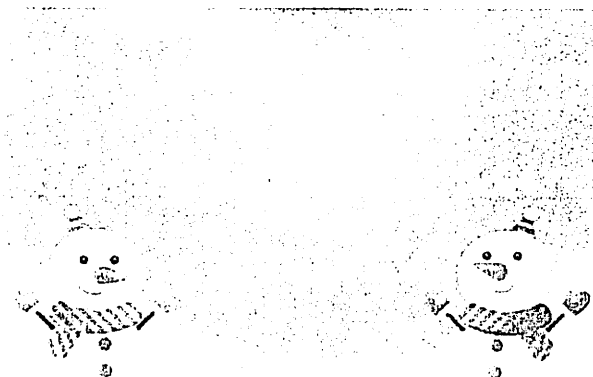
2 場 所 新札幌グランドハイツ集会所

3 内 容 先月からの続き ニット帽

かぎ針でザクザク編むひらひらマフラー

並太程度の変わり糸 色違いで 3 個位

問い合わせ 後明 (☎891-0845) 鹿股 (☎892-1643)



町内会マージャン大会

平成30年1月21日

新さっぽろ町内会総務部

1 期 日 3月4日(日)

※ 集 合 12時30分

※ 競技開始 13時00分

※ 競技終了 16時30分(予定)

2 場 所 厚別老人福祉センター

3 参加費 無料

4 対象者 新さっぽろ町内会会員

※ 8組(32)を予定しています。

※ 参加者が多数の場合は、抽選とします。

5 その他

※ 参加を希望される方は、別紙「マージャン大会参加申込書」に名前、電話番号、区名を記載して下さい。

※ 申込締切 2月18日(日)まで

町内会の皆様へ

厚別老人福祉センター からのお知らせ



平成30年

2月号

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



休館日 2月12日(月) 建国記念の日の振替休日

平成30年度 定員制教養講座 受講生募集!

受講開始は4月、後期講座は10月

申込み期間

2/13(火)~2/23(金)

多数時抽選日 3/1(木)

講座名	曜日	時間	定員	回数	期間
健康ヨガ	月	10時~11時30分	30	月3回	6ヶ月×2期
水彩画	月	13時~15時	16	月2回	1年
木彫	火	13時~15時	12	月3回	1年
絵手紙	火	13時~15時	20	月2回	1年
ペン習字	水	10時~12時	20	月3回	1年
姿勢	水	13時30分~15時	20	月1回	6ヶ月×2期
骨盤体操	水	13時15分~14時15分	18	月2回	6ヶ月×2期
茶道	水	13時~15時	12	月3回	1年
書道	金	13時~15時	20	月3回	1年

*費用…無料(教材費、コピー代別途)

*対象…市内居住の満60歳以上で、原則、同一講座の受講歴がない初心者の方。

*申込み方法…申込み期間の午前9時~午後5時に老人福祉センターの利用登録証か年齢住所が確認できる物を持参し、本人が直接受付までお越しください。電話での申し込みは出来ません。

2月の自由参加行事のご案内

あへあほ体操	2/3(土) 午後1時~2時20分	多目的室	道井 和恵 先生	体幹を鍛えてメタボ・腰痛などを予防しましょう!
ウォームシェア事業 健 身 操	2/20(火) 午後1時~2時30分	多目的室	瀧澤 幸智子 先生	椅子に座ってするとだにも出来る体操です。 初めての方も是非ご参加下さい!
健康セミナー	2/28(水) 午後1時~	大広間	介護老人保健施設コスモス 施設長 田中 俊誠 先生	「お年寄り(自分もふくめて)の健康法」
輪踊りダンス	2/13・27(火) 午前10時~	多目的室		初心者でも楽しめるフォークダンスのようなダンスです。運動靴をご持参下さい。

2月の自由参加講座予定表

※お申込みは不要です。

健美操	月	5・19・26	13:00~14:30	バスタオル又はヨガマット持参
詩 吟	火	6・13・20	10:00~12:00	「石狩川」「冬夜読書」
社交ダンス	水	7・14・21	13:00~15:00	
カラオケ	木	1・8・15	10:00~12:00	山本譲二「ふたりでよかった」早瀬ひとみ「京都一人」
民 謡	金	2・9・23	10:00~12:00	「道南小唄」
フラダンス	土	10・24	13:00~15:00	

卓球の 出来る日

※ラケットと運動靴をお持ちください



午前のみ開放	一日開放
3(土)、5(月)、8(木)、13(火)、19(月)	2(金)、6(火)、9(金)、11(日)、16(金)
20(火)、22(木)、26(月)、27(火)	17(土)、18(日)、23(金)

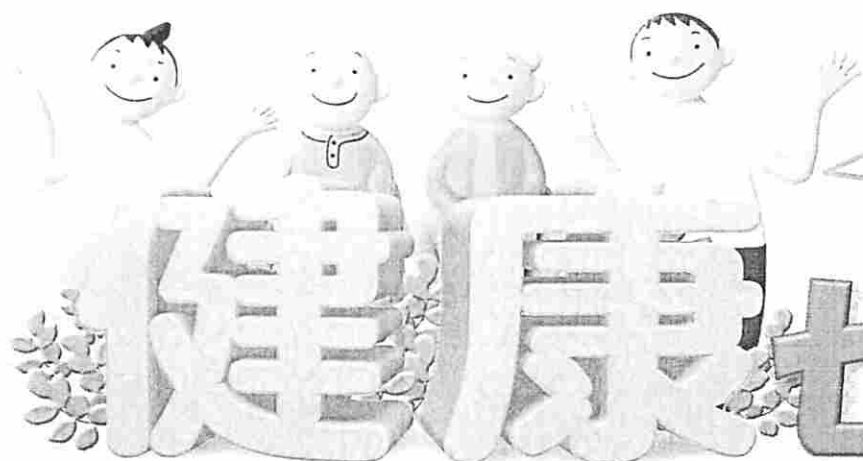
札幌市厚別老人福祉センター

- ◎利用時間 午前9時~午後5時
- ◎休館日 祝日・年末年始(12月29日~1月3日)
- ◎利用料 無料(浴室利用は1回200円。一部講座の教材費は実費負担)

利用資格: 札幌市内に居住する満60歳以上の方

利用方法: 初めて利用される方は、免許証・健康保険証など年齢、ご住所を証明できるものをご持参のうえ、利用登録証の交付を受けてください。





皆様のご参加を
お待ちしております！！

健康セサナー

日時

2/28 (水)

午後1時～

場所

1階 大広間

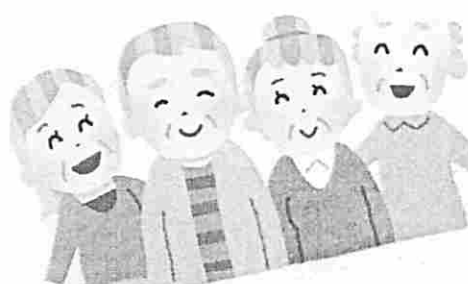
演題

『お年寄り(自分も含めた)の健康法』

講師

介護老人保健施設コスモス

施設長 田中 俊誠 氏



自由参加です!!

共催 新さっぽろ町内会・柳寿会

札幌市厚別老人福祉センター



第39回 厚別中央地区

演 芸 大 会

開催日：平成30年 2月18日(日)

時 間：開場 9:30 開演 10:00

(終了予定時刻 13:30)

場 所：厚別区民センター 区民ホール

(厚別中央1条5丁目)

※ 出演を希望される方は、1月12日(金)までに
各町内会の女性部長にお申し込み下さい。

詳細は厚別中央まちづくりセンターまで (☎891-3907)

主 催 厚別中央地区社会福祉協議会
厚別中央町内会連合会

後 援 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
厚別中央地区青少年育成委員会
厚別体育振興会
厚別中央地区管内老人クラブ
日本赤十字社



この事業は、日本赤十字社より一部助成を受けています。



新さっぽろ 冬まつり

2018



新さっぽろ冬まつりシンボルキャラクター
ゆきこりん

日時

2018年

1月27日(土) 12:00~18:00
※アトラクション、飲食コーナーは16:00で終了

1月28日(日) 10:00~16:00

会場

ふれあい広場あつべつ、科学館公園、青少年科学館、厚別公園競技場

協賛

札幌視創部心開発公社、藤建設工業株、株ドーコン、厚別区町内連合会連絡協議会、北星学園大学・北星学園大学短期大学部、北海道地域暖房株、厚別区民ふれあい推進会、厚別区青少年健全育成事業推進会、白石厚別建設協会、新札幌名店会、株北海道銀行 新さっぽろ支店、北海道ジェイ・アール都市開発株、TAKE-FORTUNE、新札幌駅デュオ郵便局、JR北海道新札幌駅、あつべつグリーンパートナー、厚別パークボウル、イオン北海道株新さっぽろ店、カラオケピロス、(一財)さっぽろ健康スポーツ財団、札幌市青少年科学館、サッポロビール株、株四宮造園、新さっぽろアークシティホテル、新札幌乳業株、北海道コカ・コーラボトリング株、北海道コンサドーレ札幌、ホテルエミシア札幌、ヤマトホームコンビニエンス株、ヤンマー建機株、有楽製菓株、RadioTXT FMDラマシティ 77.6MHz

主催

新さっぽろ冬まつり2018実行委員会
札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-2 厚別区役所地域振興課内
TEL 011-895-2442

詳しい内容はこちら→

新さっぽろ冬まつり

検索

(厚別区役所公式ホームページ)

新さっぽろ冬まつり2018会場図

新さっぽろ駅周辺地区の冬場のにぎわいづくり、家族親子そろっての冬の楽しみづくり、地域団体・住民と一緒に
行うまちづくりの実現を目指して、雪の中で遊べる厚別の冬のイベントです。



A メイン会場 ふれあい広場 28日 12:00~18:00・29日 10:00~16:00 ※アトラクション、飲食コーナーは16:00で終了

◆雪のアトラクション

チューブすべり台、雪のトンネル

◆遊びのコーナー・ミニゲーム

ストラックアウト、輪投げ、雪上カーリング、
キックターゲット、絵本読み聞かせ(28日
のみ)、北海道弁かるたコーナー、歌のコー
ナー、バルーンアート
(詳細は会場内の看板等をご覧ください)

◆スノーキャンドル作成体験(27日15:00~)

バケツと一升瓶を使ってスノーキャンドルを作ろう!

◆あったかメニュー

子ども会、信濃小親父の会、東商業高校の生徒が飲食物を販売!

◆パフォーマンスコーナー

キッズチアダンス、キューバダンス、弾き語り演奏など

他にもイベントが盛りだくさん!

◆もちまき(両日オープニング)

◆スタンプラリー(27日12:30~、28日11:00~)

景品抽選会(27日15:00~、28日14:30~)

会場内でスタンプの台紙を配布します。
各イベントに参加してスタンプを集めよう!
また、その台紙で抽選会に参加できるよ!

◆雪像づくり体験(27日13:00~、28日11:00~)

◆小さな雪の滑り台

◆まと当てアドベンチャー(27日12:30~14:00、28日10:30~12:00・13:00~14:30)

◆キャンドル点灯(27日16:00~)

みんなで作ったスノーキャンドルを灯していきます。

◆国道12号キャンドルストリート

厚別温水プール~ホンダカース札幌中央 厚別店の
歩道上にスノーキャンドルが飾られます。

○リラクゼーション スパ・アルパ

入浴料金 2,600円→1,000円 ※11時~24時(最終受付23時)

お問合せ: ホテルエミシア札幌 011-895-8822(スパ直通)

○甘酒の店頭無料配布!

※11時~翌3時(28日は途中で無くなり次第終了)

お問合せ: 新さっぽろ駅前のカラオケヒロス 011-895-4040

B 連携・共催会場② 青少年科学館

◆雪の結晶をつくっちゃおう!

ペットボトルでつくる雪の結晶づくりと雲をつくるワークショップ

※①10:30~(28日のみ) ②12:00~ ③13:30~(各回約45分間)

※1階エントランスにて。各回先着8名(小中学生対象)。参加費無料。

各回30分前より科学館ロビーで受付。
※館内のその他の催し等は青少年科学館ホームページをご覧ください。

◆竹スキーづくり 27日①12:30~ ②14:30~(各回約60分間)

※1階工作室にて。小学4年~6年生対象。各回先着10名。

参加費無料。各回30分前より科学館ロビーで受付。

◆昔のおもちゃであそぼう! 28日11:00~15:00

※1階交流コーナーにて。定員なし。参加費無料。受付随時。

C 連携・共催会場③ 厚別公園競技場 27日 12:00~18:00 28日 10:00~16:00

◆厚別公園冬フェスタ

・のりりチューブ

スノーモービルで引っ張られた
チューブに乗って楽しめます。

・そのほか雪中宝さがし等、いろい
ろなコーナーが盛りだくさん!

各コーナーの詳細・時間は厚別公
園ホームページや厚別公園冬フェスタのチラシをご覧ください。

SAPPORO 新さっぽろ冬まつり2018実行委員会

【事務局】厚別区役所地域振興課 電話:011-895-2442

あつべつ区民協議会、厚別区民ふれあい推進会、厚別区町内連合会連絡協議会、厚別区青少年育成委
員会連絡協議会、(公社)札幌市子ども会育成連合会厚別支部、札幌市青少年科学館、厚別区災害防
止協力会、北星学園大学、札幌市立ひばりが丘小学校、(公財)札幌市公園緑化協会、札幌市立ひばりが丘小学校、(公財)さっぽろ青少年女性活動協会、信濃小学校親父
(会)協力、厚別区内児童会館、厚別まちづくり研究会、(一財)さっぽろ健康スポーツ財団、(公財)札
幌市公園緑化協会、札幌市立ひばりが丘小学校、(公財)さっぽろ青少年女性活動協会、信濃小学校親父
の会、パワー・オブ・ソングス、北星学園大学附属高校、北海道教育大学若狭校、北海道札幌厚別高校、
北海道札幌東商業高校、(一財)北海道歴史文化財団、厚別区隔だまりプロジェクト、(株)ホンダカース札幌
中央 厚別店、ゼビオ札幌スーパースポーツゼビオ新さっぽろ店、札幌信用金庫 新札幌支店、(株)ヨラレン
タリース札幌 JR新札幌駅前店、太陽生命保険(株)札幌支社、JCHO札幌北長病院

※内容は変更になることがあります。

詳しい内容や時間は順次ホームページでご案内していきます。

「新さっぽろ冬まつり」で検索
またはQRコード読み

会場内の映像・写真が広報に使用される場合がございます。あらかじめご了承ください。



札幌徳洲会病院

医療講演

参加無料！
申込不要！

午後
2時

《演題》

食事で健康！
骨粗しょう症を予防する食事

《講師》

管理栄養士

山元 美恵子

午後
3時

《演題》

明るい老後のための豆知識
病院の種類について

《講師》

福祉支援相談室副主任・ソーシャルワーカー

佐久 恵子

日
時

02月07日(水)

どなたでも
参加可能

会
場

厚別区民センター 2階 視聴覚室

住所：厚別区厚別中央1条5丁目3-14

お問い合わせ

＜地域広報室＞ 電話(直通):011-890-1675 (担当:佐藤)

◎町内会・老人クラブ・各種サークル・企業などからの依頼講演も受け付けております。

※緊急患者様等により急遽、中止又は講師や演題を変更とさせていただきますのでご了承下さい。

日時	02月15日(木)	会場	厚別区民センター 2階 会議室B
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 とりますか？とりませんか？「胆石」のお話 《講師》 紀野 泰久（外科主任部長）
----------	--

午後 3時	《演題》 「腰椎圧迫骨折」ってわかりますか？ 《講師》 竹島 裕美（副看護部長）
----------	--

日時	02月19日(月)	会場	厚別区民センター 2階 会議室A
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 息苦しい？これって気胸？ 《講師》 斉藤 琢巳（外科医長）
----------	--

午後 3時	《演題》 高齢者の施設・住宅の選び方のポイントを教えます！ 《講師》 増本 千恵（徳洲苑しろいし 住宅管理室長）
----------	--

日時	02月21日(水)	会場	厚別区民センター 2階 会議室A
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 脚の静脈瘤～新しいレーザーで痛みの少ない手術～ 《講師》 城田 誠（外科医長）
----------	--

午後 3時	《演題》 そけいヘルニア(脱腸)も腹腔鏡手術で！！ 《講師》 城田 誠（外科医長）
----------	---



地域安全ニュース



特殊詐欺

平成30年1月号

不審者

☆ 詐欺に遭わないために ☆

依然として、特殊詐欺の被害が後を絶ちません！！

厚別警察署管内でも特殊詐欺の被害が発生しています。

- サイトの未払い料金があるので、コンビニで電子マネーを買って支払って下さい
- 医療費の還付金があるので、ATMに行ってください
- 会社の大事な書類が入ったカバンを置き忘れた。
今日中にお金が必要なんだ

このような電話やメールは
全て詐欺です！

不審な電話があったときは、すぐに家族や警察に連絡をして確認して下さい。



☆ 車上ねらいに注意 ☆

あなたの車は大丈夫ですか？

「少しの時間だから」

と思って荷物を車内に置いている時を、犯人はねらっています。

- 短時間であっても、車から離れる時は確実に施錠する！
- 車内に現金などの貴重品やバッグなどを置いたままにしない！
- 明るくて管理された駐車場を利用する
- 車両の盗難警報装置等の防犯機器を活用する！
- センサー型ドライブレコーダーを車に設置する

日頃の注意が一番の防犯です。
車上ねらい被害に遭うことのないよう注意して下さい！



☆ 不審者に注意！ ☆

厚別警察署管内で不審者が出没しています。

★ 犯罪被害に遭わないために ★

- 外出をするときは、
 - ・ イヤフォンをしない
 - ・ 携帯電話等の画面を見ながら歩かない
 - ・ できるだけ明るい道を歩く
 - ・ 不審者がいたときには迷わずに、110番通報をする
 - ・ 防犯ブザーを活用する
 - ・ 夜間の一人歩きをさける



☆ タイヤ盗難に注意！ ☆

例年この時期はタイヤ盗難が多発する傾向にあります。

みなさんが被害に遭わないように、今一度防犯について見直してください！

- ☆ タイヤを守るために ☆
- 保管場所をきちんと施錠！
- タイヤ同士をチェーン等で結束！
- 保管場所にセンサーライトを活用！



物置の鍵が開いたままの家も散見されるため、タイヤの保管場所は必ず施錠を！



ツイッターで防犯情報等発信中！

ツイッター 北海道警察 防犯情報

検索



厚別・北広島防犯協会連合会

厚別警察署

896-0110

緊急通報は110番、 相談電話は「#9110」に！

110番は、緊急の事件・事故などを、いち早く警察へ通報するための緊急電話です。

110番に出た警察官が、事件・事故の内容に基づいて質問しますので、慌てず落ち着いて正しく答えて下さい。

●イベントのお知らせ●

1月10日(水) 10:30~12:00

サンピアザ内・光の広場にて、北海道警察音楽隊のコンサート、厚別区内の中学校による合唱など、「110番の日」にちなんだ催しを開催します。

是非お越し下さい！

1月10日は
「110番の日」



新札幌

新札幌交番
891-0632
厚別警察署
896-0110
作成者
渡邊 岬

やめましょう みんなが困る 迷惑駐車

- 道路を狭くして通行の妨害になります。
- 交差点付近での事故の原因となります。
- 緊急車両の活動を妨げます。
- 歩行者事故などの原因になります。
- 除排雪作業などの障害となります。

冬道での交通事故防止

- 余裕を持った運転を・・・時間に余裕を持って出発しましょう。
- スピードダウンと慎重な運転を・・・スリップによる正面衝突の死亡事故が多発しています。
- 「急」のつく運転操作は危険・・・急発進、急加速、急ハンドル、急ブレーキに注意しましょう。
- 交差点に注意・・・車、歩行者が来ているかも知れません。
- 悪天候に注意・・・不要な外出は控えましょう。



新札幌で 架空請求 多発中！

新札幌交番管内では、10月以降、ウェブサイトの利用料金未納を騙し、高額な料金を請求してくる架空請求詐欺が多く発生しています。

身に覚えのない請求には応じず、相手に返信や電話連絡等はせずに警察に通報して下さい。



平成30年(2018年)1月15日

関係者の皆様

札幌市立もみじ台中学校
校長 平田 純逸

第2回 学校公開のご案内

厳冬の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃から本校の教育活動に、ご理解とご協力を頂き誠にありがとうございます。

さて、本校では、PTA行事に伴う公開授業の他、年間2回の「学校公開日」を実施しています。保護者の皆様をはじめ、広く地域の方々にも公開し、通常の授業を参観していただく機会を設けることにより、本校の教育活動を理解していただく一助になれば幸いと考えます。

つきましては第2回の「学校公開日」を下記の要領で実施いたしますので、お忙しい中とは存じますが、是非ご参観くださいますようお願いいたします。

記

- 1 期日 1月26日(金)
- 2 当日の日程(通常の授業を公開します。)
 - ・ 9:45~10:35(2校時)
 - ・ 10:45~11:35(3校時)
 - ・ 11:45~12:35(4校時)
 - ※12:45~13:10(給食時間)は、原則非公開とします。
 - ・ 13:35~14:25(5校時)
 - ・ 14:35~15:25(6校時)(部活動の見学を希望の方は、直接、部活担当者に確認してください。)
- 3 お願い
 - ・ 自家用車での来校は、ご遠慮ください。
 - ・ スリッパ等の上履きを、ご用意ください。
 - ・ 当日は、北玄関(南郷通り側)からお入りください。
 - ・ 実施教科一覧表を当日配布する予定です。
 - ・ 当日は、2階会議室(校長室向かい)を控室としますので、ご自由にお使いください。
- 4 その他
不審者の侵入を防ぐために、以下の措置をとっています。
 - ・ 通常通り施錠しておりますので、インターホンで「授業参観で来校した。」ことを教えてください。
 - ・ 校舎内を学校教職員が巡視しています。

(担当 佐藤収市 TEL897-4584)



もみじだい

<http://www.momijidai-jisapporo-ed.jp/>

札幌市厚別区もみじ台西町目

学校教育目標

『夢を抱き 未来に向かって たくましく生きる人』

○ 真理を究める ○ 心を育てる ○ 体を鍛える

2 学期終業式校長あいさつより

「^{おく}将らず、^{むか}迎えず、^{おう}応じて、^{おさ}蔵めず」の心

校長 平田 純逸

2 学期を振り返ると、一言では言い切れないくらい、とても実りの多い 4 か月でした。1 つ目は「学校祭」、各クラスの取組がとても生き生きと感じられました。どの分野でも、一人一人が自分の役割を果たすことで、クラス全体で伝えようとするテーマをしっかりと主張している感じがしました。2 つ目は「合唱コンクール」、時間をかけて取り組んできた成果が本番の演奏に表れていました。また、6 組はレインボーピックに参加して、昨年以上の活躍がありました。

1 年生の皆さん、初めての行事を通して、中学生としての自覚ができました。2 年生の皆さん、昨年度に比べて大きな成長を感じました。3 年生の皆さん、最後の行事として、自分たちの力を存分に発揮し、後輩の手本となる姿がありました。どの学年も保護者の皆さんや地域の方々に、もみじ台中学校の生徒として胸を張って自慢できる姿を見せることができたと思っています。

学習の面を振り返るとどうでしょうか。担任の先生と教育相談や個人懇談で、2 学期の「成果」や「課題」を確認したと思います。2 学期はよく「中だるみ」と言われますが、忙しい時期だからという理由で、力を発揮していないという人はいませんか。この中には行事を一生懸命取り組みながら、時間を有効に使って学習にも力を入れてきた人もいます。自分が納得する結果が出せなかった人は、成果を継続し、課題を改善して、冬休みや 3 学期を迎えてほしいと思います。

また、冬休みには、もみじ台地区のスポーツクラブで「歩くスキー教室」が行われます。チラシが 1, 2 年生に配られたと思いますが、体育の授業の練習にもなるはずです。運動不足となる冬だからこそ、ぜひ、体を動かしてみてください。

先日、読んだ本の中にあるお坊さんのこんな言葉がありました。

「将（おく）らず、迎えず、応じて、蔵（おさ）めず」

「将らず」とは、過ぎ去ったことにくよくよしない心

「迎えず」とは、これから来る未来のことを思い悩まない心

「応じて」とは、そのとき、そのときに精いっぱい、最善を尽くす心

「蔵めず」とは、恨みや憎しみの念をしまい置かない心

という意味があります。人生の「幸せ」や「不幸」というのは、すべて心の持ち方次第で決まるものである。だから、不平不満にとらわれるのではなく、明るい要素や感謝すべきことに目を向ける努力をおこたらないことが、人生の幸せの第 1 歩であると考えていました。

人生の中で悩んだり苦しいときがあると思います。でもこの 4 つの言葉を考えることで、自分の心と向き合うことができるかもしれません。

① 嫌なことはさっぱりと忘れる ② 取り越し苦労はしない

③ 置かれた状況を受け入れてベストを尽くす

④ そして、結果がどうあっても、それをいつまでも心に残さない。

そんな気持ちをぜひ持ちながら、新しい年、平成 30 年を迎えてください。

※一部抜粋したものを掲載しております。

「総合的な学習」を通して学ぶ

「総合的な学習」の内容をご紹介します。1年生は「上級学校（高校）調べ」、2年生は「職業体験学習」、3年生は「進路実現に向けて」をメインに取り組んでいます。今回は、2年生と3年生の学習についてご紹介します。

2年 職業体験学習

～活動のねらい～

- 地域の人たちの職業に触れることにより、人と人との関わりを大切にしようとする姿勢を身に付ける。
- 働く人たちの生き方に触れ、働くことの意味や達成感、苦労などを実感することを通して、将来の生き方について考え、今後の進路に向かう意欲を高める。
- 事前事後の活動を通して、体験した内容を適切にまとめ、他者に伝達する能力を高める。

～活動内容～

6, 7月	リエンション、職業体験希望調査
夏休み	職業体験希望調査のまとめ 事前学習：職業調べ
8月	職業体験先決定 事前学習：職業体験先の発表と体験先ごとの打ち合わせ、職業体験先調べ
9月	事前学習：働くことの意義、職業体験先ポスター作成
10月	事前学習：職業体験先調べ、質問作成
11月	事前学習：挨拶練習・当日の計画・心構え・マナー講習会 職業体験学習（16日） 事後学習：感謝の寄せ書き
12月	事後学習：体験のまとめ発表会の準備
1月	事後学習：体験のまとめ発表会の準備、体験のまとめ発表会（28日）

職業
体験
学習
より



3年 進路実現に向けて

～活動のねらい～

- 今の自分を理解することに努め、より良い進路選択に結びつける。
- 自分を相手に理解してもらうための表現力を高める。
- 前年度までの上級学校調べや職業体験学習で身につけた力をもとに、より自分に合った進路選択ができる力を身につける。

～活動内容～

1学期	自分のキャリア・デザイン（自分の進路を考える学習）
夏休み～	高校見学会への参加レポート、または興味のある高校などをまとめたレポートの作成
11月	学年集団面接練習
12月	卒業後の進路希望決定、学年集団面接練習、入学願書記入練習
1月～	面接練習

フリースロー大会

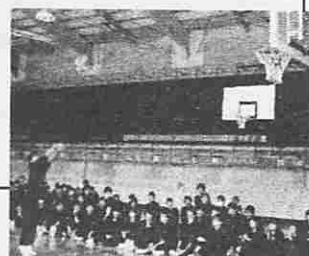
（12月19～22日に実施）

体育常任委員会の主催で、昼休みに運動に親しめる取組の推進を目指して学級対抗のフリースロー大会が行われました。1年生から3年生の各学級の代表者5名がトーナメント戦に挑み、大声援の中奮闘しました。

☆優勝☆ 教職員チーム

☆準優勝☆ 3年2組

☆第3位☆ 1年2組



○福祉協力週間について

12月11日～14日の4日間、生徒会の役員が朝、玄関前でペットボトルキャップ・リングプルの回収と募金活動を行いました。

ペットボトルキャップは目標に達することができませんでしたが、リングプルは目標を達成しました。また、募金も昨年よりたくさん集めることができました。

- ペットボトルキャップ 5,123個
- リングプル 5,712.8g
- 募金 6,615円



学校ホームページは定期的に更新していますので、ぜひご覧ください。

HP: <http://www.momijidai-j.sapporo-c.ed.jp/>



平成29年12月25日発行
札幌市立ひばりが丘小学校



1月の行事予定

- 1月5日(金) 冬休み学習サポート日①
 15日(月) 冬休み学習サポート日②
 18日(木) ぴーちくパーク
 19日(金) スキー用具搬入受け入れ開始
 22日(月) 3学期始業式 登校指導①
 挨拶指導(学活)
 23日(火) 登校指導②
 3年生雪像づくり
 24日(水) かぜの予防(学活)
 図書ボランティア朝の読み聞かせ
 (6年生)
 25日(木) なわとび検定(低学年)
 3年生雪像づくり
 26日(金) キラリ中休み⑦
 スクールゾーン実行委員会
 29日(月) 児童委員会⑪
 30日(火) スキー学習(4・5・6年生)
 (サッポロテイネ)
 31日(水) 図書ボランティア朝の読み聞かせ
 (2年生)
 スクールカウンセラー来校日

3学期始業式 1月22日(月)

通常登校 8時15分～8時25分
 午前授業 12時下校(給食無し)
 持ち物等は、学年便りで確認してください。
 給食は23日(火)から開始です



スキー学習について

本年度も、グラウンドでの学習以外に、2年生以上はスキー場でのスキー学習を2回予定しております。バス代やリフト代等保護者の皆様にはご負担をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

スキー用具学校保管について

- ★保管場所は各学年の所定場所です。
 ・スキー…ひばり&1～4年:西玄関と付近の廊下
 5・6年:体育館前廊下
 ・スキー靴…スキー置き場付近/特別教室等
 ★搬入/搬出時間:平日のみ8:15～17:00(1/19より)
 ※休日(土日祝)は、スキー用具の持ち出し・運び入れはできません。平日にお願いします。
 ※冬休み中に用具の点検・調整・記名をお願いします。またスキーの脱着・片付けが自分でできるよう練習させておいてください。

2月の行事予定

- 2月1日(木) 新1年生1日入学・保護者説明会
 2日(金) スキー学習(2・3年・ひばり学級)
 (滝野スノーワールド)
 なわとび検定(高学年)
 5日(月) 避難訓練
 学習サポート日
 6日(火) スキー学習(3・4・5・6年生)
 (サッポロテイネ)
 7日(水) 図書ボランティア朝の読み聞かせ
 (5年生)
 雪まつり見学(2年生)
 8日(木) ALT来校日
 9日(金) スキー学習(2年生・ひばり学級)
 (滝野スノーワールド)
 11日(日) 建国記念の日
 12日(月) 振替休日
 13日(火) キラリお別れ会準備
 PTA役員会
 資源回収
 14日(水) 全校おはなしの会④
 15日(木) 芸術鑑賞会(PMF)3校時
 ぴーちくパーク
 16日(金) なわとび検定(高学年)
 PTA常任委員会
 19日(月) 児童委員会⑫(最終)
 20日(火) キラリお別れ会
 21日(水) 図書ボランティア朝の読み聞かせ
 (ひばり学級)
 レインボ-フェスティバル(ひばり学級)
 スクールカウンセラー来校日
 22日(木) 学習サポート日(低学年)
 23日(金) 6年生学習参観懇談(5校時)
 学校教育説明会
 27日(火) 全校朝会
 1年間の振り返り(学活)
 28日(水) 図書ボランティア朝の読み聞かせ
 (3年生)
 ALT来校日
 3月2日(金) 学習参観懇談・学校教育説明会
 (5年生以下・ひばり学級)

本年中は、保護者・地域の皆様のご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。よい新年をお迎えください。



厚別公園 競技場だより

発行：厚別公園競技場

平成30年1月号

vol.07

ATSUBETSU PARK STADIUM NEWS

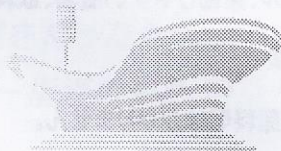


歩くスキー講習会



フラワーボランティア
活動風景

北海道唯一の第一種陸上競技場



厚別公園

Atsubetsu Park

3月 運動教室 空き教室のお知らせ



1月15日 現在

曜日	時間	教室名	内 容	開 講 日					受 講 料	申込状況
月	9:30~11:00	ゆらぎピラティス	筋肉の柔軟性を保つことを目的に指導を行います。小さな筋肉が無理なく鍛えられ、体軸を整える効果があります。	5日	12日	26日			1,500円	空き わずか
	13:00~14:30	誰でもウォーキング	歩き方の悪い癖に気付か、正しいフォームを身につけます。よりスムーズに歩くための筋力バランスの取れた身体づくりを目指します。	5日	12日	—			1,000円	空き あり
火	9:30~11:00	ウォーキング&バランス体操	歪んだ姿勢を直し、身体のバランスを整えられるように効果的なウォーキングを指導します。けがの予防と体力向上に役立ちます。	6日	13日	20日	27日		2,000円	空き わずか
	10:00~11:30	ヒーリングヨガ	肩こりや腰痛など、日常生活で起こりやすい症状を緩和・改善することを目的に指導を行います。痛みの無い日常生活を送れるように身体を整えます。	6日	13日	20日	27日		2,000円	空き わずか
	13:00~14:30	プレストレーニング	効率的な呼吸法を使い、体幹、肩甲骨、骨盤周辺の筋肉を中心に動かすことで、筋力や柔軟性を向上させ身体のバランスを整えます。	6日	13日	—	27日		1,500円	空き あり
水	9:30~11:00	ゆらぎピラティス	筋肉の柔軟性を保つことを目的に指導を行います。小さな筋肉が無理なく鍛えられ、体軸を整える効果があります。	7日	14日	28日			1,500円	空き わずか
	11:15~12:45			7日	14日	28日			1,500円	空き わずか
木	9:30~11:00	ソフトエアロビクス	初心者、高齢者の方でも気軽に楽しく運動できるレベルで、エアロビクスを指導していきます。	1日	8日	15日	22日	29日	2,500円	空き わずか
	11:00~12:30	姿勢らくらくヨガ	日常生活で歪んだバランスを整え、より美しい姿勢を作ります。ヨガを通して姿勢に関わる筋肉に刺激を与え、姿勢改善を目指します。	1日	8日	15日	22日	29日	2,500円	空き あり
	11:15~12:45	骨盤コンディショニング	骨盤が歪むと新陳代謝の低下やむくみが生じます。音楽に合わせて身体を動かした後、骨盤体操を行い歪みの改善を目指しましょう！	1日	8日	15日	22日	29日	2,500円	空き わずか
	13:15~14:45	元気に貯筋運動！	様々な道具を使い、無理なく全身を動かします。いつまでも動きやすい身体でいられるように筋力の衰えを防ぎましょう！	1日	8日	15日	22日		2,000円	空き わずか
	16:00~16:45	キッズバレエ	4歳~6歳 基礎の動きからわかりやすく指導し、上手な身体の動かし方を身に付けます。姿勢が良くなり、身体のバランスが整うだけではなく、動きがしなやかになります。	1日	8日	15日	22日		2,000円	空き あり
	19:00~20:30	大人ののためのバレエ	初心者の方でもわかりやすいよう基礎から丁寧に指導いたします。ピアノの音色に合わせて身体を動かし美しい姿勢を目指しましょう。	1日	8日	15日	22日	29日	2,500円	空き あり
	16:00~16:45	キッズヒップホップ	3歳~6歳 音楽に合わせて楽しく踊りながら、運動の基礎となる動作を身に付けます。リズム感やバランス感覚を養うとともに身体を動かすことの楽しさを伝えていきます。	2日	9日	16日	23日	30日	2,500円	空き わずか
	16:55~17:40	ジュニアヒップホップ	小学1~3年生 音楽に合わせて楽しく踊りながら、運動の基礎となる動作を身に付けます。リズム感やバランス感覚を養うとともに身体を動かすことの楽しさを伝えていきます。	2日	9日	16日	23日	30日	2,500円	空き わずか
	17:45~18:45	HIP HOP スタイル	小学4年生以上 初心者の方大歓迎です☆流行の曲で楽しく体を動かしましょう。	2日	9日	16日	23日	30日	2,500円	空き あり
	19:00~20:30	バランスコーディネーション	簡単なストレッチと筋コンディショニングを組み合わせて、本来持っている身体の機能を高めることを目的として行ないます。	2日	9日	16日	23日		2,000円	空き あり

※定員以外の教室情報を記載しています。詳しくは厚別公園ホームページをご覧ください。

申込方法

競技場受付窓口またはお電話にて先着順で受付を開始いたします。なお、2月の受講者を優先受付いたしますので申込開始日に空きが無い場合、または定員の教室でも申込状況により空きが出る場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

●新規・一般申込の場合●

申込期間:開講月の前月21日~定員になり次第受付終了

納入期間:開講月の前月21日~初回開講日まで ※定員に空きがある場合は開講当日でも可。

●継続者優先申し込みの場合●

申込期間:開講月の前月1~20日まで

納入期間:上記申込期間中

※納入期限までにお支払いされていない場合、キャンセル扱いとなりますので予めご了承ください。

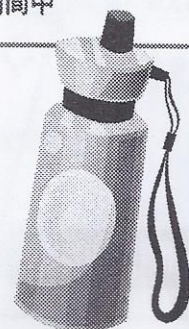
また、継続をご希望の方で期限までに受講料のお支払いが困難な場合は、必ず受付窓口までご連絡下さい。

定 員 各教室20名(キッズ・ジュニア、ヒップホップ各15名)

持ち物 上靴、タオル、運動しやすい服装、飲料水

場 所 会議室C(誰でもウォーキング、ヒーリングヨガ、姿勢らくらくヨガは会議室Aに集合)

その他 開講日が変更・中止となる場合がございますので予めご了承ください。なお、入館料等はかかりません。



PICKUP

1

歩くスキー講習会 開催します！

スキーの経験がなくても簡単に楽しむことが出来る歩くスキーは、全身運動になるので、冬場の運動不足解消に効果的なスポーツです。

道具をそろえる前に体験してみたいという方にはレンタルもございます。

(スキー板、ブーツ、ポールの一式 200円)

ぜひ新しいことにチャレンジしてみませんか？

日 時：平成30年2月14日（水）

10：00～11：30

場 所：厚別公園競技場

定 員：小学生以上の男女 先着15名

受講料：500円（当日支払い）

※道具一式レンタル 200円

申込方法：受付窓口またはお電話にて

申込開始：平成30年1月31日（水）から

☆悪天候の場合は中止となります

PICKUP

2

厚別フラワーボランティア募集！

厚別公園では、公園内のお花の手入れをお手伝いしていただく「フラワーボランティア」を募集しております。

活動内容は主にプランター、樹木のお手入れ、イベントのお手伝い等の活動を予定しております。きれいなお花で園内を華やかにしてみませんか？

興味のある方は、ぜひお気軽にお問合せくださいね♪

申込受付：受付窓口または電話にて随時募集しております（定員なし）

活動内容：公園内のプランター・花壇の花植え、除草、灌水、花がら摘み等

PICKUP

3

Traning room

トレーニングルーム

自分の身体とよく向き合える！

厚別公園のトレーニングルームはココが違う!!

1. 時間無制限!自分のペースでトレーニングし放題!!
2. 充実したフリーウェイトで本格的なトレーニングが可能!
3. 最新鋭のウェイトマシンで初心者の方でも安心・安全に利用可能!
4. 専門知識を持ったトレーナーが常駐し、あなたの目標達成をサポート!
5. トレーナー指導のもと、あなただけのトレーニングメニューを無料で作成可能!

料 金

一般:500円
高校生:300円
65歳以上:300円

時 間

9:00～21:00
※最終受付20:00
※中学生以下利用不可





トレーニングルーム 休館日のお知らせ

2月

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
○	×	○	○	○	○	○
25	26	27	28			
○	○	○	○			

3月

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
○	×	○	○	○	○	○
25	26	27	28	29	30	31
○	○	○	○	○	○	○

☆☆1月27日・28日は12:30～21:00までの開放となります☆☆

各種料金表

		主競技場・屋内練習走路			補助競技場		トレーニングルーム	
		一回券	回数券 (11枚綴)	団体券 (5名以上)	一回券	回数券 (11枚綴)	一回券	回数券 (11枚綴)
個人 使用 料金	一般	390円	3,900円	300円	260円	2,600円	500円	5,000円
	高校生	190円	1,900円	150円	130円	1,300円	300円	3,000円
	中学生以下	無料	—	—	無料	—	ご利用できません	
	高齢者(65歳以上)	120円	1,200円	100円	80円	800円	300円	3,000円

会議室料金表

区分	時間	会議室 A・C	会議室 B	移動式 放送設備
1日	8:30～ 21:00	3,400円	1,700円	1回につき 3,900円
半日	8:30～ 12:30 12:30～ 21:00	1,700円	850円	

●補助競技場は専用利用も可能です。なお11月1日～3月31日まで、会議室使用時には暖房費がかかります。料金等詳細はホームページをご覧ください。

利用に関する注意事項

※トレーニングルームをご利用の方は主競技場及び屋内練習走路もご利用いただけます。

※中学生・高校生の方は生徒手帳、高齢者の方は年齢の確認できるもの、障がい者の方は、障がい者手帳をご提示ください。

アクセス

厚別公園

〒004-0033 札幌市厚別区上野幌3条1丁目2番1号

☎011-894-1144

FAX.011-894-4299

www.sapporo-park.or.jp/atsubetsu/

地下鉄
大谷地駅
から



●徒歩20分



●中央バス〈大66〉〈大67〉平岡ニュータウン線
平岡9条3丁目下車 徒歩5分

●中央バス〈大92〉上野幌線〈大94〉上野幌循環通線
厚別公園入口下車 徒歩5分

地下鉄
新さっぽろ駅
から



●中央バス〈新93〉緑ヶ丘団地行
雇用促進住宅入口下車 徒歩10分

●JRバス・中央バス交互運行〈循環線111〉
新さっぽろ平岡線 上野幌2条1丁目下車 徒歩5分

駐車場あります

