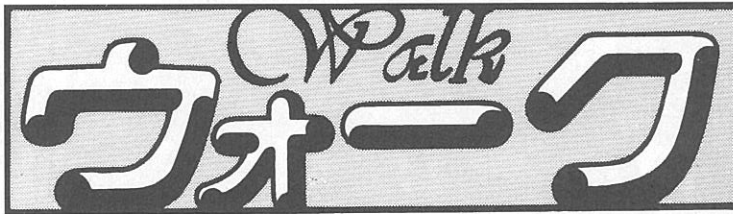


いいものを作りたい。それが  
スタッフ全員の願いです

会報・社内報・パンフレット・小冊子・新聞・チラシ…

編集・企画・取材  
プロダクション 編集倶楽部310 FAX 783-2076



発表(一部)、取材(一部)、宮の沢、西宮の沢(一部)、西町、西野(一部)、平和、福井、小別沢の各ご家庭に届けています。部数は20,300部。

2021年11月25日(木) 第438号 毎月25日発行

発行所(編集・編集倶楽部310 ☎783-2076)

道新発寒大山販売所 道新西野南中川販売所  
西区発寒5条6丁目 ☎661-2634 西区福井6丁目7 ☎665-3104  
道新宮の沢谷口販売所 道新西野北三原販売所  
西区発寒9条14丁目 ☎662-6833 西区西町南19丁目 ☎668-5222

# 各クラスで記念映像を視聴

## 西園小学校で「40周年を祝う会」開く

西園小学校の「40周年を祝う会」が今月5日に  
行われ、児童が各教室で

記念映像を視聴した。同校は1981年、手稲東小と手稲宮丘小から児童2人を受け入れて開校。現在は全19クラス576人が通学している。児童が一堂に会する40周年記念式典は、新型コロナウイルス感染症予防のため行わず、事前に収録しておいた記念映像を見る形式とした。



体育館には児童の手形でデザインされた学級旗が掲示されていた



40周年を迎えた西園小

その後はPTA会長のあいさつ、学校の歩みを振り返る写真の紹介、各クラスの学級旗披露、校歌を伴った詞作曲したシンカソング

の由来などを話してから「40年の伝統や良いところを受け継いで、今以上に元気な強い子ども、考える子ども、思いやりのある子どもになってほしい」と願って「西園小」の児童にメッセージを送った。



お祝いの映像を見る子どもたち

「中学生の部」では五天山公園で植樹している親子の姿を撮らせた「おおくなあれ(撮影者・福井野中2年生)が、小学生以下の部」では「大好きな琴似発寒川(撮影者・八軒北小4年生)がそれぞれグラプリに輝いた。

### 288作品からグランプリなど決定

#### 西区SDGsフォトコンテスト

西区では6月から9月、「西区SDGsフォトコンテスト」と題して写真作品を募集していた。昨年に続き2回目。西区はSDGs(持続可能な開発目標)を推進しており、このフォトコンテストを通じて区民の理解を促進したいとしている。

今回は一般・中学生・小学生以下の3部門に分けて、多くの人が身近なところからSDGs

#### 作品は北海道大学大学院地球環境科学研究院教授の山中康裕さんや写真家の井上浩輝さんなどによる審査会において、グランプリや特別賞など全48作品が選ばれた。

作品は、内山宏さんが撮影した「誰が乗ってくれるかな」。市から放置自転車を買って修理・販売しているお店での、作

#### 身近な話題 お気軽にお寄せ下さい

道新ミニコミ紙「ウォーク」では地域の話題を募集しています。皆様の身近な話題、情報をお待ちしています。発行日は毎月25日

### 好評につき会場が順次拡大中

#### 西野地区福まちの「西野お散歩キャンペーン」

西野地区福祉のまち推進センターが10月1日から行っている「西野お散歩キャンペーン」が、少しずつ会場を広げている。

当初は昭和会館ロビー(西野6-3-14、16)のみだったが、好評だったことから会場を拡大。11月初旬の時点で、ふくい会館(福井3-1-9)、平和第一会館(平和1-6-7、20)、西野第二会館(西野8-6-15-5)、にも「さんかくやまべ」のポスターが貼られている。また自宅を過ぎず人向けに、さんかくやまべの塗り絵・貼り絵・ちぎり絵などが楽しめる用紙11写真左を従来の介護予防センター・西野、西野まちづくりセンターのほか、ふくい会館でも配布している。

このキャンペーンは、会場に貼られている西野環境キャラクター「さんかくやまべ」の白いポスターに、丸いシールを貼って色を付けていくもの。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で運動不足になりがちな状況の中、少しでも歩いてもらう一助になればと企画した。

西野お散歩キャンペーン 2021.10.1~11.30

西区環境キャラクターさんかくやまべ  
主催 西野地区福祉のまち推進センター

取材依頼のほか、イベント開催の告知や、サークル会員を募集したい方もOKです。読者からの投稿も募集しております(不掲載、もしくは内容を一部変更する場合があります)。営業目的以外は無料掲載です。掲載希望の方は biglobe.ne.jp/np.

**お見積無料** お家にとって意外と見落としがちなのが屋根です。雨漏りや問題等が無い限り普段気に掛ける事はありません。何かあってからでは大変です。早めの処置でお家を守ります。

地元西区でお世話になって52年 屋根雨漏り専門店 建築・板金工事総合 (株) マルイ安川興業所  
札幌市西区発寒11条4丁目3-8 電話 661-3315 FAX 661-7991

ホテルヤマチ 特撰 おせち

ご予約承り中!

おせち料理 二段重 26,000円(税込)  
おせち料理 一段重 16,000円(税込)

【ご予約期間】: 令和3年12月20日(月) ※完全先受決済終了とさせていただきます

札幌市内無料配達承ります

TEL.011-644-5555

好評発売中

特別報道写真集 東京オリンピック2020

共同通信社 編 A4判・192頁 定価1650円

コロナ禍の影響で1年遅れて開催された東京五輪。ほとんどの種目が無観客となるなど異例づくめの開催となったが、それぞれの会場では各国の選手たちの熱い戦いが繰り広げられた。札幌でのマラソンや競歩など、夏の五輪開催は北海道では初めて。記憶に残るこの大会の足跡を写真で振り返る。

好評発売中

決定版 北海道の温泉 まるごとガイド2022-23

小野寺淳子 著 A5判・364頁 定価2,200円

北海道の温泉555湯を紹介した決定版! 人気の日帰り温泉はもちろん、旅慣れた人こそ行きたい効能自慢の湯など、北海道の温泉が大集合。北海道の温泉好きに知ってほしい情報が満載! お出かけの際にとっても役に立ちます。

地元の話題を満載した 広告募集中

ウオーク に広告を載せませんか

地域を大切にしたいお店、会社に最適です

格安で提供中です ☎ 783-2076 FAX 783-2076



### 街の情報掲示板



#### ◎西野まちづくりセンターでポール貸し出し

西野まちづくりセンター(西野6-3-14-16)では10月29日から、地域住民の健康増進を目的にノルディックウォーキングのポールを貸し出している。

ノルディックウォーキングはポールを使って歩く運動。膝や腰などへの負担が減り、通常のウォーキングよりも運動効果が高いとされている。

用意しているポールは5組。受け付け時間は平日の午前8時45分～午後4時(返却は貸出当日の午後5時15分まで)。

詳細問い合わせ及び申し込みは☎663-0360同センターまで。

#### ◎バイオリンとピアノの共演

「きのとやサロンコンサートvol.70」が12月7日(火)、琴似会館(琴似4-2-6-40)で開かれる。開場午前10時半・開演午前11時と、開場午後1時半・開演午後2時の2回公演。

近所で上質な音楽を楽しんでもらおうと開いているコンサート。今回の出演はバイオリン奏者の林ひかるさんと、ピアニストの岩井沙織さん。演奏曲目はグノー「アヴェ・マリア」、モンティ「チャルダッシュ」、マスネ『タイス』の瞑想曲などを予定している。

定員は各回20人。チケット料金は各回2500円(焼き菓子付き)。販売場所は三角山放送局(八軒1西1-2-5)と、きのとや琴似店(八軒5西3-4-16)。なおチケットの販売は、定員に達し次第締め切られる。

来場の際はマスク着用・入館名簿へ記入のこと。マスク未着用の場合は入場を断る場合あり。また主催者は、公演当日に体温が37.5度以上ある場合は来場を控えるよう呼び掛けている。

予約・問い合わせは主催の三角山放送局☎640-3330まで。

#### ◇情報募集

イベント情報やメンバー募集の告知をお寄せ下さい。営利目的以外は無料掲載です。写真もあれば掲載いたします。

〒065-0027  
札幌市東区北27東20-1-25-301  
編集倶楽部310  
☎・FAX783-2076  
E-mail:hensyuu@xqe.biglobe.ne.jp

#### 広告



洗車場の営業時間  
午前6時から午後11時まで  
無休。問い合わせはヤナカワ自動車 ☎011-731-9261へ。

### 洗ったら「アメ車」?

枕木製の壁にレトロな雰囲気のアメリカのプリキ看板がずらり写真。札幌市東区北二六東一の洗車場「スプラッシュ」では、ギャラディー、プレスリーらのスターや、自動車、飲料などの広告、道路標識など、業者を通してアメリカから取り寄せたさまざまな図柄がある。看板をバックに記念写真を撮った家族連れもいたという。



感謝状を手に記念写真



西区長から感謝状が手渡された



宮の沢中央町内会の女性部が主催する「ラベンダー講習会」が今月7日、宮の沢中央会館で開かれ子どもから大人まで地域住民がリース作りなどに挑戦した。

同町内会では例年、市と協力して二十四軒手箱通にラベンダーを植えている。中央分離帯は市が、歩道の一方を同町内会が担当して地域を彩り、この通りは愛称「ラベンダー通り」として親しまれている。



子どもも楽しそうに参加していた

## 五天山公園に10年以上花苗など寄贈

### 区から札幌大通ライオンズクラブへ感謝状

西区から札幌大通ライオンズクラブへの感謝状贈呈式が先月19日、西区役所で行われた。五天山公園に花苗を寄付し続けている活動に対して贈られたもの。

その事業の一環として2009年から、自然あふれる公園で子どもたちが遊んでほしい」との思いから、福井地区の五天山公園へ花苗などを寄付している。

今回の贈呈式には同クラブ会長の山田健一さんと、幹事の東岳夫さんが参加。梅田岳西区长から感謝状が手渡された。山田さんは「来年度以降も変わらずに、この活動を続けていきたいと思っております」と今後の抱負を話していた。

### リースやメッセージカード作りに挑戦

宮の沢中央町内会が「ラベンダー講習会」

## 農試公園でノルディックウォーキングポールの無料貸し出しをしています

ノルディックウォーキングを活用した健康づくりに取り組んでいただけるよう、農試公園(ツインキャップ)でノルディックウォーキングポールの無料貸し出しをしています。気軽に楽しめますのでお越しください。

- 対象 小学生以上の札幌市民の方。
- 受付時間 9時から19時30分まで。ただし、毎月第4月曜日(祝日の場合は翌日火曜日)は、9時から15時30分まで。
- 利用時間 貸出当日のみ、20時30分まで。ただし、毎月第4月曜日(祝日の場合は翌日火曜日)は、当日16時30分まで。
- 利用場所 西区内のみ。
- 問合せ先 農試公園管理事務所(八軒5西6) ☎615-3680



# 15チームがトーナメント方式で優勝を目指す

## 今シーズン最後の優勝競う

### 西区少年軟式野球連盟が秋季大会

西区少年野球の秋季大会が先月23日から今日3日まで、4日に分けて行われた。主催は西区少年軟式野球連盟。新型コロナウイルスの



決勝戦の様子(写真上)  
表彰状を受け取る入賞チーム(写真下)

影響がなければ、本来シーズン最後となる大会。会場は新川水再生プラザと、小別沢にある築山野球場、農試公園。15チームが参加し、トーナメント戦で日頃の練習成果を競った。  
3日の準決勝・決勝戦に出場したのは手稲東アイトーズ、西琴似パンダーズ、八軒東和グッピーズ、山の手ベアーズの4チーム。長打あり好守備ありと、好ゲームが続いていた。熱戦の結果、

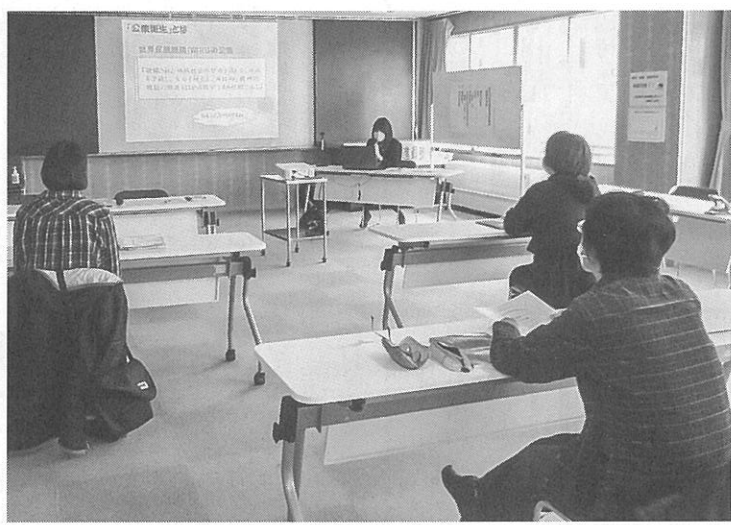
準決勝では霧封し、決勝戦では打ち勝った山の手ベアーズが優勝した。閉会式では同連盟会長の

### 「食」で健康づくりを

西区食生活改善推進員養成講座が開講式

西区食生活改善推進員養成講座の開講式が先月29日、西保健センターで行われた。主催は西保健センターで、西区食生活改善推進員協議会が協力している。

食生活改善推進員は、「食」を通じた健康づくりに取り組んでいる団体。西区内には現在約90人の推進員がおり、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉にして料理教室や講習会などを開催してい



式後はさっそく講座が行われた

る。開講式には3人が出席。梅田岳西区長が受講者に「食生活に関する様々な知識について広く学んでいただき、西区民

の健康づくりにご活躍ください」と期待する言葉を送った。  
開講式後はさっそくオンラインセッションや公衆衛生などの講座が行われ、参加者は真剣にメモを取るなどして今後の活動に備えていた。

な新型コロナウイルスの健康づくりにご活躍ください」と期待する言葉を送った。  
開講式後はさっそくオンラインセッションや公衆衛生などの講座が行われ、参加者は真剣にメモを取るなどして今後の活動に備えていた。

### 広告を載せてみませんか?

道新ミニコミ紙「ウォーク」に広告を載せてみませんか?  
地域に根付いた展開を考えているお店・会社などに非常に有効な媒体です。

道新「ウォーク」は毎月1回25日発行、道新朝刊折り込みで各家庭に届きます。  
広告料金やサービス、掲載までの手順などの詳細についてはお問い合わせ下さい。  
☎783-2076か、メール [hensyu@xgc.biglo](mailto:hensyu@xgc.biglo)



健康メモ  
内科循環器科のドクターがアドバイス  
厚生労働省の令和元年度国民健康・栄養調査報告によると、糖尿病が強く疑われる人の割合は成人男性の19.7%、成人女性の10.8%と報告されています。

糖尿病の診断は、血液検査で行います。空腹時血糖が126mg/dl以上、食後血糖200mg/dl以上、2カ月程度の血糖値を反映するHbA1cが6.5%以上であれば糖尿病の可能性が高くなります。特定

で経過しますが、放置すると動脈硬化による脳卒中や虚血性心疾患、網膜症による視力低下や失明、腎症による腎機能低下、神経障害によるしびれや感覚鈍麻などの合併症を引き起こします。  
糖尿病治療の基本は食事療法・運動療法になります。過剰なカロリー摂取には血糖検査が含まれています。血糖コントロールの目標値は年齢、併存疾患の有無、身体機能の状態や認知症の有無などを考慮して決定します。  
まずは、糖尿病による重大な合併症を発生する前に早期発見、早期治療することが重要です。

百石内科循環器クリニック  
医学博士 日本循環器学会専門医 百石 雅哉  
〒063-0012 札幌市西区福井2丁目3番16号  
TEL 663-3885  
URL <http://www.hyakokoku-clinic.com>

### 無理な運転していませんか?

長時間運転 寝不足運転 → 集中力低下 疲労 睡魔 → 交通事故

そうなる前に 適度な休憩・十分な睡眠を

長時間の運転や寝不足による運転は、交通違反を誘発し、対向車線へのはみ出しや路外逸脱事故などの重大事故を発生させる原因となります。  
夜勤明け帰宅途中に事故、夜釣り帰宅途中に事故ということも・・・  
出発前は眠気がなく大丈夫だと思っても、暑さでぼーっとしたり、車内で体が温まったことにより眠気を催したりすることもあります。  
事故を起こさないよう長時間の運転の際は適度な休憩をし、疲れているときは無理な運転はせずしっかり休みましょう!

※情報提供～警察本部交通部

### 好評発売中

世界遺産 北の縄文  
道内初「世界文化遺産」  
全17カ所中、道内の遺跡・縄文の魅力を伝える

北海道新聞社 編  
A4判・64頁 定価1430円

道内2カ所目の世界遺産、初の「文化遺産」決定を祝う緊急写真グラフ。北東北を含む17の遺跡群のうち、道内の縄文遺跡の魅力に迫ります。「北海道・北東北の縄文遺跡群」が、長年の地元関係者の宿願がかなった「世界文化遺産」に登録されました。道内の「世界遺産」登録は2005年の「知床」以来2カ所目で「文化遺産」は初。世界遺産を構成する17資産(遺跡)のうち、本書では道内に所在する6カ所と、関連資産1カ所について、発掘当時の様子や、数々の貴重な出土品の写真、遺跡の価値を伝える諸活動などを紹介し、新旧約200点の画像でその魅力に迫る写真グラフです。

### 広告の掲載 情報の提供

☎・FAX 783-2076  
編集倶楽部310まで



# 発寒南小の3年生が見学

## 公園の落ち葉を堆肥にして再利用「みどりの貯金箱」

公園の落ち葉を堆肥化する「みどりの貯金箱」つなぐ公園で行われた。主催は発寒地区の商

園と発寒三条泉緑地(はつなぐ公園)で行われた。主催は発寒地区の商

同会ではこれまで捨てられていた落ち葉を有効利用しようと、公園にあ



小学生の代表が体験(写真上)、落ち葉を集めて「みどりの貯金箱」に入れていく(写真下)

る「みどりの貯金箱」に回収。堆肥にして、地域の花植えなどに利用している。

大空公園の作業では、発寒南小学校の3年生約60人が授業の一環として見学。同会委員長の阿部一博さんがこの事業の目的や「エコタウンはつなぐ」について児童に説明。できあがった堆肥を新しくなった学校の花壇に入れて、花がきれいに咲けばいいですね」と語りかけていた。

同公園では、大人は関係者約20人が参加。熊手などを使って、まず公園内に落ちていた枯れ葉を「みどりの貯金箱」前に集めていった。続いて希望した児童4人が、拾い集めた落ち葉と米ぬかを混ぜる体験をした。

その後は大人が「みどりの貯金箱」に落ち葉を入れながら、発酵するよう水をかけていった。子どもたちはその作業の様子に興味深そうに見つ

め、最後に代表児童が「みんなで協力して作業していることを知りまして」と感想を発表。学校に戻ってからは、疑問に思ったことを調べるなどして過ごす。

発酵を促すために落ち葉の上下を入れ替える「切り返し」は今年中に2回実施。順調に進めば、来年5月の初旬には堆肥が完成する予定。

も子育てを前向きに楽しんでほしいと企画した講座「おうち遊びに境界を感じている人」子どものことで気になっていることがある人」など様々な人が集まり、情報交換をして過ごす。

司会進行は、さっぽろ市民カレッジ企画委員会委員長の長谷川聡さん。講師は「おりふべりー保育園」園長の三浦真理さん。

受講料は800円。定員10人。対象は家庭に乳幼児のいる人。ベビーカー持ち込み可、おやつ程度の子どもの飲食可。会場に授乳スペースあり。

申し込み締め切りは12月27日(月)。参加希望者はちえりあホームページから、またはFAX、ハガキ、臨時カウンターで申し込み。その際は①講座名②名前(ふりがな)③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢・性別を明記のこと。

申し込み先は札幌市生涯学習センター事業課〒063-0051札幌市西区宮の沢1-1-10。FAX 011-233334。

行政書士の無料よろず相談会

行政書士前田景介法律事務所

毎日の初回電話相談無料のほか「無料よろず相談会」が11月29日(月)、12月6日(月)、12月12日(月)、2022年1月9日(日)に行われる。時間は、午後1時〜午後5時で混雑状況により1組30分以上120分以下。

電話相談に限定対応。当面、事務所(西区平和1-4-5-1)での面談は自粛。

対象は、相続、遺言、任意後見、離婚・男女関係、個人間で売買・賃貸借・金銭の貸借・贈与・和解など、各種の契約書作成や公正証書の作成嘱託手続きなど、当事者間に争いが無い民事法務全般の書類作成でお困りの方。相談員は所長・行政書士の前田景介さん。予約は必要で前日まで受付可能。

お問い合わせ先及び予約は0667-3576行政書士前田景介法律事務所まで。

### さっぽろ市民カレッジ「子育ておしゃべり会」

市生涯学習センターちえりあが参加者募集

札幌市生涯学習センターちえりあ(宮の沢1-1)では2月16日(月)、「さっぽろ市民カレッジ子育ておしゃべり会」を開く。時間は午前10時〜午前11時半。コロナ禍でのつば・16時(絵本や紙芝居の読み聞かせ。来館者全員参加)

者数が増えることなく、無事開催されることを願っています。

私には季節の変化が目には体調を崩すことが多かったのです。

インフルエンザにも用心を

が、新型コロナ対策が功を奏したのか、インフルエンザも流行しませんでした。気を緩めず冬を迎えたいものです。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響などで催しが中止・延期になったり、内容が変更になる場合が考えられます。事前に主催者にご確認ください。

### 公共施設から



貸し出し(詳細2面)

022年3月31日(木)保証全改修工事のため全館休館(西野2-2の仮事務所(一部業務中))

◎農試公園(八軒5西6-615-3680)▼4月〜令和4年2月末予定

◎生涯学習センターちえりあ(宮の沢1-1)▼6月1〜23日(1)▼3月1日(月)〜2022年1月31日(月)改修工事のため休館(ちえりあ前庭に臨時カウンターあり)▼12月27日(月)〜さっぽろ市民カレッジ各講座申し込み締め切り(子育ておしゃべり会)は詳細4面

◎西野地区センター(西野4-2)▼666-5550)▼7月1日(木)〜2

### マイタウン



▼9月1日(水)〜12月24日(金)西野明るい選挙啓発書道作品募集期間▼10月1日(金)〜11月30日(火)西野お散歩キャンペーン(詳細1面)▼10月29日(金)〜西野地区ノルディックウォーキングポール

### 児童会館から



◎発寒児童会館(発寒5-7)▼666-0206)▼23日(木)シクリスマス工作会オリジナルマグカップを作ろう!・15時半(どちらか一回に参

◎宮の沢児童会館(宮の沢1-5)▼666-5323)▼10日(金)ひなんぐんれん・15時45分(自分の身を守るために大切なお話をしよう。来館者全

◎西野児童会館(西野7-3)▼663-6355)▼18日(土)みためて魅せるアートイラスト活動・13時(アーティストの加賀城匡貴さんと一緒に色んなものを「見立て」してみよう。小学生、10日(金)から申し込み)

◎平和児童会館(平和1-5)▼667-3359)▼4日(日)レインボーまつり(前半は午前10時〜午前10時45分、後半は午前11時15分〜正午。参加費200円。小学生、11月24日(日)から申し込み受け付け中)▼23日(木)おはな

### ワーク雑記

◎札幌市内の新型コロナウイルス感染者数は低い人数で移行しつつあるが、飲食店の営業時間など少しづつ以前の生活に戻ってきています。昨年度は結局中止になった市の成人式も、今年度は広い会場に移して実施されるそうです。このまま感染

PC販売・修理

**高田商会**

代表 高田和彦

TEL 050-7500-8502

E-mail mxe02241@lapis.plala.or.jp

〒065-0020 札幌市東区北20条東21丁目3-25 和子マンション1-103

WEBショップ **デジタルショップ**

E-mail info@digic-sap.com

PC-PROSHOP & REPAIR

**高田商会**

http://digic-sap.com

PC販売・修理

**高田商会**

代表 高田和彦

TEL 050-7500-8502

E-mail mxe02241@lapis.plala.or.jp

〒065-0020 札幌市東区北20条東21丁目3-25 和子マンション1-103

WEBショップ **デジタルショップ**

E-mail info@digic-sap.com

**大庭歯科**

OHBA DENTAL CLINIC

院長 今井千香子 副院長 今井恵理

	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~PM 1:30	○	○	○	○	○	○
PM 2:30~PM 6:00	○	○	○	○	○	○

日曜・祝日、木曜午後・土曜午後：休診

\*木・土は1:00まで(英語対応可)

〒064-0915 札幌市中央区南15条西11丁目2-3 駐車場完備

TEL 011-561-2727 FAX 011-561-2934