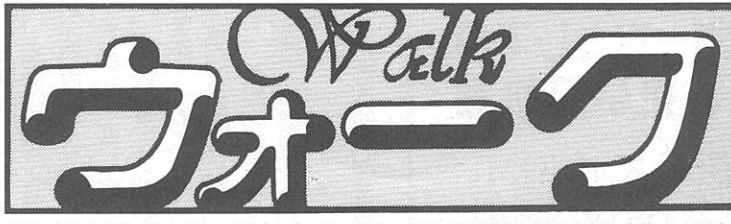


いいものを作りたい。それが  
スタッフ全員の願いです

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



発寒(一部)、琴似(一部)、宮の沢、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12,000部。

2023年7月25日(火) 第458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 ☎661-2694 西区福井6丁目7 ☎665-3104  
道新宮の沢谷口販売所  
西区発寒9条14丁目 ☎662-6833

# 住民の手で無事故の地域作り

## 発寒地区と西野・西町地区で交通安全の総決起大会

「住民の力を合わせて、地域から交通事故を無くそう」交通安全を旨とする総決起大会が6月、西野・西町地区と発寒地区でそれぞれ行われた。両方とも大勢の人が参加し、道警音楽隊の演奏を聞いたたり、さまざまなアトラクションを体験するなどした。

### ◎西野・西町地区

西野と西町地区の交通安全実践会が主催する第33回「交通安全追放総決起大会」が先月18日、西

野小学校体育館で開かれ、地域住民100人以上が参加した。冒頭では、西野地区同実践会会長の阿部貞雄さ



小学生が交通安全宣言



高める重要な行事です」とあいさつ。続いて来賓の紹介・あいさつがあった後、全員で交通事故犠牲者に黙とうを捧げた。その後は、小学生代表と交通安全母の会代表に

よる交通安全宣言が行われた。

児童代表を務めたのは西野小6年生の鎌田真奈さんと小原一華さん。「交通事故を無くすために命の大切さを知り、ルールとマナーを守ることが何より大事だと思います」と呼びかけ、「道路に飛び出す、左右を確認してから渡ります」などと宣言した。

その後は道警音楽隊とカパーガード隊による演奏が行われた。曲目はデイズニーアニメ作品のメドレー、ヨハン・シュトラウス2世の「ポルカ『雷鳴と電光』」など。参加者は演奏を聞きながら交通安全の徹底を誓っていた。写真上二。

### 活動紹介 マジックサークル・チェリー

#### 自分も見る人も楽しく

「マジックサークル・チェリー」は毎月第一・第三土曜午後2時〜午後5時に、札幌市生涯学習センター「ちえりあ」で活動中。

20年以上の歴史があるサークルで、現在は赤木義明さん指導のもと、約20人が楽しくマジックを学んでいる。サークルでは先生のお

をビックリさせたり、喜ばせたりすることが出来ます。サークルは明るく和やかな雰囲気です」と話している。また事務局長の三好敬一さんは「マジックは手を動かす頭を使うので、脳の活性化に良いですよ」と勧め



仲間に入って楽しみませんか

「マジックは見る人も楽しく自分も見る人も楽しく」をテーマに、和やかな雰囲気です」と話している。また事務局長の三好敬一さんは「マジックは手を動かす頭を使うので、脳の活性化に良いですよ」と勧め

「マジックは見る人も楽しく自分も見る人も楽しく」をテーマに、和やかな雰囲気です」と話している。また事務局長の三好敬一さんは「マジックは手を動かす頭を使うので、脳の活性化に良いですよ」と勧め

「マジックは見る人も楽しく自分も見る人も楽しく」をテーマに、和やかな雰囲気です」と話している。また事務局長の三好敬一さんは「マジックは手を動かす頭を使うので、脳の活性化に良いですよ」と勧め

「マジックは見る人も楽しく自分も見る人も楽しく」をテーマに、和やかな雰囲気です」と話している。また事務局長の三好敬一さんは「マジックは手を動かす頭を使うので、脳の活性化に良いですよ」と勧め

その後は道警音楽隊とカパーガード隊による演奏が行われた。曲目はデイズニーアニメ作品のメドレー、ヨハン・シュトラウス2世の「ポルカ『雷鳴と電光』」など。参加者は演奏を聞きながら交通安全の徹底を誓っていた。写真上二。



交通安全講習の様子



交通安全講習の様子

### 西野地区センターからのお知らせ

#### 【西野地区センター 講座開催】

講座名	受講日時	回数	定員	費用
初心者や体が硬い人でも安心ソフトヨガ	8月28日〜11月27日(月) ※9/18と10/9はお休み 14時〜15時	全12回	30人	7,200円 ※ヨガマット持参
ファットバーニング〜脂肪燃焼〜	9月1日〜10月27日(金) ※10/13はお休み 10時30分〜11時30分	全8回	25人	4,800円

○受講資格 ⇒ 15歳以上の方。(中学生を除く)

○申込方法 ⇒ 8月18日(金)より 午前9時〜午後5時に電話受付(先着順)

#### 【西野地区センター 夏のたのしいおはなし会】

日時: 8月5日(土) 11時〜11時30分

場所: 西野地区センター 1階 娯楽室

対象: 幼児〜小学生と保護者

内容: 「よみかぜの会オオルリ」さんによるおはなし会です。大型絵本「リボンさんのおでかけ」やエプロンシアター「ジャックと豆の木」の他に夏をテーマにした絵本などが楽しめます。※当日、直接会場にお越しください。

詳細: 西野地区センター(西野4-2) 電話 666-5550

PC販売・修理  
**高田商会**  
代表 高田和彦  
http://digi-sap.com  
TEL 050-7500-8502  
E-mail mx02241@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 **デジタルサポート**  
E-mail info@digi-sap.com

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54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

# 笑いの効能学んで体験

## 西野地区で「笑って元気になる集い」 「介護予防すこやかクラブ体験会」

「笑って元気になる集い」介護予防すこやかクラブ体験会が、今月2日、昭和会館で行われた。主催は介護予防センター西野。

介護が大変になる前の、早い段階から関連情報を知ってもらいたいとの目的で初開催したイベント。地域の各介護保険サービス事業者が協力した。

また家族連れな若い世代にも来てほしいとの思いから、児童会館などにも告知チラシを置いて、対象は西野・平和・福井・小別沢地域の住民で、当日は約70人が参加した。

まず講演会「笑いが大切、元気に楽しく」が行われた。講師は国立病院機構函館病院名誉院長・日本笑い学会北海道支部長の伊藤一輔先生。

「笑う」行為とストレスの関係を説明し、笑いヨガは意図的に声を出して笑いながら、体を動かす体操。参加者は櫻井さんの手本を見た「顔の表情筋を動かすのもポイントです」など



会場には笑い声が響いていた

## スポーツとしての ゴミ拾いに挑戦

### 「西区スポGOMI大会」に70人参加

第2回「西区スポGOMI大会」が先月17日に

行われた。主催は西区、西区環境まちづくり協議会、三角山放送局。スポGOMIとは決められたエリア内でゴミを拾い、その種類や量を競う競技。チーム内の協力や達成感などスポーツの楽しさを味わいながら、環境美化に励む取り組み。

西区では昨年9月、区制50周年を記念して第1回を開催。今回は区内各地区から、前回より9チーム多い24チーム約70人が参加した。

出場者は西区役所前に集合し、軍手やゴミ袋などを取り付けた。開会式では、代表チームが「一生懸命楽しみながら、ゴミ拾いをして西区のまちをきれいにすることを誓います」と選手宣誓。その後、西区のオリ

「移動して、ゴミ拾いに夢中になっていく。その結果、全チーム合計で23キロ以上のゴミが集まりました。」



ゴミを拾いながら歩く(上)  
拾い集めたゴミを計量(下)

## プレー通じ親睦

### 西区パークゴルフ協会主催の個人選手権大会結果

西区パークゴルフ協会主催の第7回個人選手権大会が先月25日、いしかりパークゴルフ場で開かれた。

結果は次の通り(敬称略。36ホール、氏名後の数字はスコア)。

- A組【男性】①杉本和久89②山裕次91③高林弘明93④上林来樹94⑤金澤泰治94【女性】①西田美幸99②岡崎絹子99③神谷恵子99④堀由美子100⑤佐々木靖子100
- B組【男性】①近江勝則104②山真秀104③宮崎正之104④佐々木正104⑤市来俊二105【女性】①井上登志子107②菊地紀美子107③林美智子108④斎藤和子108⑤白田妙子108

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7月28日(金)、8月13日(月)、8月25日(金)、9月10日(月)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。相談は、電話が主な対応。事務所(平和1-4-15-1)での面談は条件付きで対応。

野菜が食べたくなるレシピ募集  
おいしい野菜料理のレシピを募集する「MOTTO(もっと)野菜が食べたくなるレシピコンテスト★2023」が今月18日から始まっている。応募資格は区内在住か区内の学校に通学している小・高校生。募集するレシピは手軽に入手できる野菜を70g以上利用し、薄味である料理。応募期間は8月31日(木)まで。応募者全員に参加賞、受賞者には景品がプレゼントされる。募集方法など詳細は公式ホームページを参照のこと。

## 健康メモ

内科循環器科のドクターがアドバイス

健康診断やがん検診は、生活習慣病やがんなど様々な病気の予防や早期発見を目的に行われています。健康診断やがん検診には、目的により色々な種類があり検査内容も異なります。

身近な健康には、札幌市国民健康保険に加入している40歳以上の方が対象の特定健診、75歳以上の方が対象の後期高齢者健診、協会けんぽに加入している

健康診断とがん検診(最終回)  
これらの健診は、主に高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病を早期に発見し、予防と治療につなげるのが目的です。

がんの早期発見のために行われるのが、がん検診です。札幌市では、胃がん、大腸がん、肺がん検診、脳ドック、心臓ドックなどを自己負担で受ける必要があ

百石内科循環器クリニック  
医学博士 総合内科専門医 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.hyakukoku-clinic.com

### 西区の行事予定

- 6月1日(月)～8月31日(木) 西区SDGsフォトコンテスト 作品募集 7月18日(水)～8月31日(木) MOTTO野菜が食べたくなるレシピコンテスト★2023 募集 7月30日(日)～5天山あさいち商店街・8時
- 生涯学習センターちえり(宮の沢1-1) 9月1日(日)～23日(月) 9月9日(日)～12日(水) あおひこコンサート・12時25分
- 西野地区センター(西野4-2) 26日(金)～8月5日(日) 夏のたのしいおはなし会・11時～8月18日(金) 各講座申し込み
- 発寒児童会館(発寒5-7) 666-0206 8月16日(水) なつやすみ映画会・13時15分(何を見ようかは当日の告知)
- 平和児童会館(平和1-5) 667-3359 8月10日(日) ヒースカフェへようこそ! 夏だからパフェ・14時(参加費200円。小学生、2日(水)から申し込み)

## 大庭 歯科

OHBA DENTAL CLINIC

院長 今井 恵理 名誉院長 今井 千香子

	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