

回
覧

幌北第3町内会

☎706-1451

● 「新しい防災マップ」の配布について！

平成27年3月に更新、印刷しました「新防災マップ」を6月13日（月）から、町内会の役員さん、班長さん、各マンション等の管理組合さんや、管理会社を通じて、各世帯に配布いたします。

お留守の場合には郵便受けに投函させていただきますので、必ずご覧いただけますようお願いいたします。

6月の末になっても配布されないようでしたら、町内会まで連絡してください。お届けいたします。

● 「歩道樹の花壇の花植え」を行いました！

5月に町内の歩道樹に花の植え込みをいたしました。その後しばらく雨が降らず、根付きが悪くなっておりました。幸い少し雨がりましたが、花壇近くの方（マンションや会社、店舗の方）のご協力をお願いいたします。

● 「北13条いこい公園」清掃のお知らせ！

6月は第3町内会の当番です。先月は花壇の植え込みも当番でいたしました。短時間で終わりますので、一人でも多くのお手伝いをお願いいたします。

日 時 6月11日（土） 6月25日（土） 午前9時～

※雨天の時は翌日に行います。

● 「幌北ふくまち研修会」のご案内！

日 時 7月15日（金）午後2時～4時

場 所 幌北会館 1階集会室

内 容 「みんなで取り組む認知症予防」

講 師 北区第1地域包括支援センター副センター長 松本美子氏

北区介護予防センター新道南 社会福祉士 生出典子氏

認知症に陥らないための心がけ、基本と応用

申し込み 6月29日（水）までに岡山（747-0796）まで

●「連町パークゴルフ大会」のご案内！

日 時 7月13日(水) 8時 幌北まちづくりセンター出発

行く先 厚田シーサイドみなくる

参加費 3,000円(当日払い)昼食付き

申し込み 7月5日(火)まで民部田さん ☎716-5521へ

●「町内資源リサイクル回収日」は7月8日(金)です！

朝9時までに玄関前か、歩道前に出してください。

ダンボール類はゴミステーションに出すことは出来ませんので、資源回収を利用してください。

新聞、雑誌、牛乳パック、ダンボールは束ねて出すよう、お願いします。

●「熊本地震義援金」の協力ありがとうございました！

現在、封筒募金での形で11,160円集まりました。

日本赤十字社を通じて災害地へ送ります。引き続き集めている班もありますので、ご協力の程よろしく願いいたします。

●「第27回幌北ふるさと夏祭り」のお知らせ！

今年は7月30日(土)に幌北小学校グラウンドで行われます。

雨天の時は、翌日に実施です。町内会ではビール券を半額で販売予定です。詳しくは、プログラムと共に回覧でお知らせいたします。

幌北第3町内会 Web サイト

<http://chiri.let.hokudai.ac.jp/~you/horokita3/>

回覧板など町内の最新情報を見ることができます！



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

資源回収のお知らせ



幌北第3町内会

紙類・ビン類・アルミ缶などは、製品の原料などに再利用できる貴重な資源です。
ゴミにしないで資源回収にご協力ください。

日時	7月8日(金) 午前9時00分
場所	各家庭玄関前・道路歩道までお出してください。

回収品目と出し方

新聞	新聞・チラシ・ピン止め雑誌(週刊誌・パンフレット) 注:包装紙・封筒・空き箱・背のりつき雑誌・ダンボール・ゴミ等は絶対に混ぜないで下さい。
雑誌	背のりで綴じてある本(マンガ本・カタログ・文庫本・電話帳・情報誌等)
ダンボール	ダンボール箱・空き箱はつぶして紐でしばるか袋に入れて下さい。 注:あくまでも家庭からでた物のみの回収です。
紙パック	牛乳・ジュース・酒などの紙パックは、中をきれいに洗って切り開き、乾かして紐でしばるか袋に入れて出して下さい。
ビン類	ビールびん(国産メーカーのみ地ビールは回収しません)特大ビン・大ビン・中ビンのみで、一升瓶(1.8ℓ)一清酒は茶色と緑色ビンのみです。 注:その他回収できないビンは、市の資源ゴミの日にお出し下さいますようお願い致します。
アルミ缶	缶に「アルミ」と書いてあることを確かめ、なるべく小さく潰して袋に入れて出して下さい。 注:スチール缶は絶対に混ぜないようにして下さい。
布類	注:汚れ・破れ・臭いなど無い物を濡れないように、透明なビニール袋に入れて、口を閉じてお出し下さい。

株式会社 紙商五代

〒061-3244

石狩市新港南1丁目22-11

電話:(0133)64-5050

FAX:(0133)64-0055

2016年

幌北第1町内会共催

ひろっぱまつり

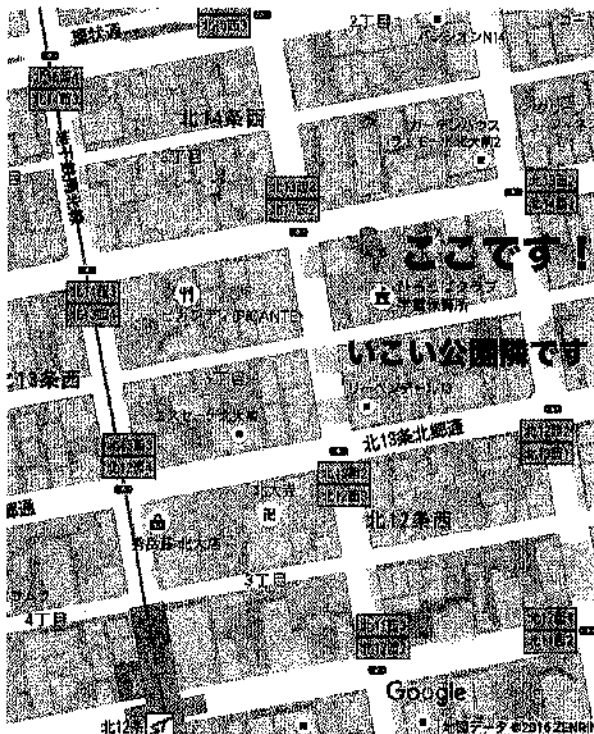
～地域交流・バザー～

平成28年6月19日(日) 10:00～14:00 ※雨天決行

(子供のゲームコーナーは12:00まで、飲食販売・バザーは14:00まで)

学童保育所 ひろっぱクラブ (いこい公園隣です)

北区北13条西2丁目 011-727-6325



北九条・幌北他いろいろな小学校の留守家庭の子どもたちが地域の皆様に見守られながら放課後を過ごす学童保育所ひろっぱクラブのバザーのお知らせです。

今年は、クラブ内と前庭に加え、いこい公園も使わせていただき、おいしい焼き鳥・焼きソバ、手作りお惣菜・お菓子はじめ、各種雑貨・古本・古着などをたくさん用意して皆様をお待ちしております。

今年は新たに、町内会のみなさまのお力も頂き、より楽しいひろっぱまつりのはじまりです！

皆様どうぞ、ひろっぱクラブで一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

すこやか倶楽部

6・7月のご案内

発行

介護予防センター新道南

☎707-4129

担当：生出(おいで)

幌北会館すこやか倶楽部 北17条西5丁目 10:00~11:30

6月3日(金)

7月1日(金)



沖縄三線かりゆしケアーズ ライブ♪

沖縄民謡、三線を聴かせてくれる「かりゆしケアーズ」の皆さんがすこやか倶楽部初登場！転倒予防の体操「ちゃーがんじゅう体操」もありますよ。すこやか倶楽部初めての方も、皆さまお誘い合わせで、ぜひご参加を

お役立講話

「高齢期の住まいの種類と選び方」

講師：高齢者住まいの相談・情報センター一般社団法人あんしん住まいサポ'ロ
様々な理由で今の自宅に住めなくなったとき、どんな選択肢があるの？有料老人ホームやサービス付き高齢者住宅…何が違うの？知っておいて損はなしのお役立ち講座。

鉄西会館すこやか倶楽部 北10条西4丁目 10:00~12:00

6月16日(木)

12:30 まで
時間延長!

7月14日(木)

第2週に変更

前半 (10:00~11:00)

気軽に出来るゴムバンド運動

講師：佐藤多佳子先生(成人病予防協会一般指導員/JCA認定上級カイロプラクター他)
姿勢改善で若々しい体づくり♪

後半 (11:00~12:30)

北海道大学 留学生交流会

留学生さんのお国自慢のあとは茶話会で楽しく交流会です!

お役立講話

「高齢期の住まいの種類と選び方」

講師：高齢者住まいの相談・情報センター一般社団法人あんしん住まいサポ'ロ
様々な理由で今の自宅に住めなくなったとき、どんな選択肢があるの？有料老人ホームやサービス付き高齢者住宅…何が違うの？知っておいて損はなしのお役立ち講座。

この事業は、「介護予防事業」として、札幌市から委託を受けて行なっています。

心地よい季節、すこやか倶楽部へご近所お誘い合わせでお出かけしませんか??

【すこやか倶楽部】とは・・・

65歳以上の方を
対象とした、

札幌市の介護予防事業です。

いつまでも、住み慣れた地域で心も体も
元気で暮らすための教室です。

通いやすい、地域の会館などを会場とし、
基本的に月1回開催をしております。

ぜひ、お誘い合わせで気軽にご参加を！

ご参加について

対象者：概ね65歳以上のかたであれば、どなたでも
参加できます。

費用：基本的に無料ですが、内容により、材料費が
かかる場合がございます（数百円程度）。

参加方法：直接会場へどうぞ！初めてのかたは、会場で職員
にその旨をお伝えください。

※申込が必要な月もあります。その際は、このちら
しに明記しますので、お電話にてお申込下さい。

開催場所・日程・内容・持ち物等は、このちらしのおもて面でご確
認ください。皆様に身近な地域の会場をのせておりますので、
その他の会場や、詳細については、お気軽にお問合わせください！

お問合わせ先：介護予防センター新道南 担当：生出典子

☎707-4129

ほらほら 幌北

幌北まちづくりセンターだより

NO.35

2016年6月発行
幌北まちづくりセンター
北区北 17 条西 5 丁目 1-7
TEL : 726-6345
FAX : 726-2765

[http://www.city.sapporo.jp/kitaku/mac
hi/center/horokita/index.html](http://www.city.sapporo.jp/kitaku/mac
hi/center/horokita/index.html)

SNS 活用講座を開催しました

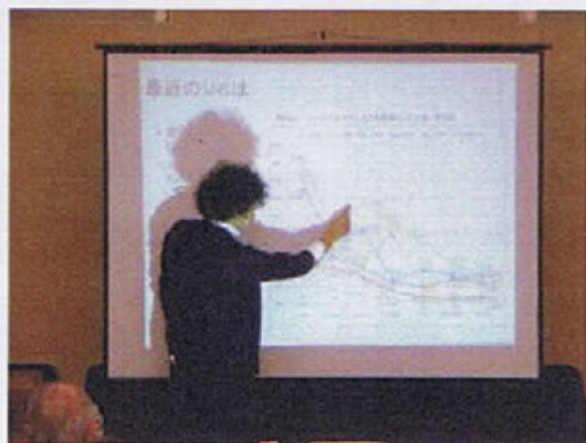


3月18日(金曜日)午後2時から幌北会館で「SNS 活用講座」を開催しました。

これは町内会における情報発信やコミュニケーションを行うための新たな道具として活用を検討している SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)について知ろうと幌北まちづくりセンターが主催したもので、15名が参加しました。

はじめに SNS の種類とその特徴、年代別利用率などの説明があり、その中でも利用率の多い「Facebook(フェイスブック)」を iPad などを使い実際に体験してみました。質疑応答を交え例を見ながら Facebook を使った町内会活動への活用方法を学びました。参加者は「こんなにいろいろな事ができるなんて知らなかった、活動写真を掲

載してみたい」と話していました。来年度も開催予定です、決定次第回覧などでお知らせいたしますので楽しみに！



春の交通安全街頭啓発

4月6日(水曜日)から8日(金曜日)まで幌北小学校周辺で、交通安全実践会と交通安全母の会、青少年育成委員会の皆さんが新入学児童の安全を見守りました。

また、4月6日(水曜日)から4月14日(木曜日)まで、西5丁目・樽川通北18条交差点で、交通安全実践会の皆さんによる交通安全街頭啓発が行われ、歩行者などに交通安全を呼びかけていました。



札幌工業高校との合同清掃を実施しました

4月26日(火曜日)午後3時45分から、北海道札幌工業高等学校の生徒たちと、幌北連合町内会が合同清掃を行いました。平成24年度から始まったこの活動は今回で5回目となり、この日は同校の生徒約130名と地域住民や学生ボランティア約45名が参加しました。

清掃範囲は、東西に創成川と北大までの間、南北に北15条から北20条までの間で、6グループに分かれて約1時間、生徒と地域住民が交流しながら、歩道に落ちているごみを拾い集めました。また、北清掃事務所がごみの分別、減量等について啓発活動を行い、清掃活動で集めたごみを回収しました。



日赤奉仕団幌北分団が幌北小学校児童と花植えをしました



5月18日(水曜日)、日赤奉仕団幌北分団員の皆さんと幌北小学校3年生の児童が同校前のます花壇に4種類の花苗(ペゴニア、マリーゴールド、ペチュニア、サルビア)を植えました。

はじめに、分団員の方が花の特徴や植え方のコツを説明しました。

木村校長からの「学校の敷地ではない街路樹のまわりにもみんながお花を植えるのは、どうしてだと思いますか？」という問いかけに、1人の児童が「地域のみみんなを笑顔にするためです」としっかり答え、その場にいる分団員の方々も感心していました。

3~4人のグループに分かれて、それぞれ作業を行いました。早く終わったグループは、輪になって自己紹介やじゃんけんゲームなどを行い、分団員とすっかり打ち解けた様子でした。

来月には、分団員の方に感謝の気持ちを作文やカードにして伝える「ありがとうの会」が実施される予定です。



地域ふれあい情報

第27回 幌北ふるさと夏祭り

開催日 7月30日(土) ※荒天時は31日(日)に順延

場 所 幌北小学校グラウンド(北区北19条西2丁目)

- 11時 子ども縁日(13時まで)
- 14時 ビール園、よさこい「縁」、「バンザイ魂」
バンドなどのステージ上演
- 17時 開会式
- 18時45分 ~~大抽選会~~
- 19時20分 盆踊り、花火大会
- 20時30分 閉会式



75歳以上の方に福祉券(ビール引換券500円分)
プレゼント!!(先着200名)

~~ビール券に記載された抽選番号で
豪華賞品をプレゼント~~

~子供には夢を、大人には思い出作りを、
お年寄りには楽しいひとときを~

《北区住民集団健康診査のご案内》

日程等については裏面をご覧ください！

- 予約不要です。直接会場にお越しください。
- 特定健康診査、後期高齢者健診等健康診査を受診できるのは、同一年度内に1回のみです。
- 健診前日からアルコール摂取と激しい運動を控え、健診当日は直近の食事(朝食又は昼食)をとらないでください(飲水は可)。
- 実施日については、予定であり変更になる場合があります。広報さっぽろ(北区版)においてあらためてお知らせいたしますので受診前にご確認ください。
- 午前と午後一日を通して実施する会場については、午後が比較的すいておりますので、午後もご利用ください。また、午前の受診者が集中し混み合う場合がありますが、その際には、当日の会場等の状況により午後からの受診をお願いする場合がありますので、予めご了承ください。

★年に1回、健康確保のために受診しましょう！

健診内容	対象年齢等	対象者	費用	受診に必要なもの
○基本的な健診 ・身体診察 ・問診 ・身体計測(身長、体重、腹囲) ・血圧測定 ・血液検査(脂質、肝機能、血糖) ・尿検査(尿糖、尿蛋白)	40歳 5 74歳 (平成29年3月末までに40歳になる方を含みます)	①札幌市国民健康保険にご加入の方(とくとく健診)	600円 <small>(市・道民税非課税世帯の方は0円。受診券に記載あり)</small>	◎特定健康診査(とくとく健診)受診券 ◎健康保険証 ◎前年度の健診結果(お持ちの方)
		②札幌市国民健康保険以外の健康保険にご加入の方 ●全国健康保険協会(協会けんぽ)にご加入の被扶養者(ご家族)の方は受診できます。 ●その他の健康保険にご加入の方は、受診することができる場合がありますので、受診前にご加入の健康保険者(健保組合、共済組合等の保険証の発行元)にお問合わせください。	受診券に記載されている額、または負担率	
		③生活保護世帯の方	無料	◎生活保護世帯健康診査受診券
		④中国残留邦人等支援給付世帯の方	無料	◎本人確認証
○詳細な健診(貧血検査、心電図検査、眼底検査)		【詳細な健診の対象者】前年度の健診結果等が一定の条件を満たし、かつ、医師が必要と認めた方 【詳細な健診の費用】受診券に記載されている額、または負担率		

健診内容	対象年齢等	対象者	費用	受診に必要なもの
・身体診察 ・問診 ・身体計測(身長、体重) ・血圧測定 ・血液検査(脂質、肝機能、血糖) ・尿検査(尿糖、尿蛋白)	・75歳以上 ・65歳～74歳の後期高齢者医療制度に加入の方	①札幌市にお住まいの後期高齢者医療制度にご加入の方(札幌市発行の受診券をお持ちの方)	400円 <small>(市・道民税非課税世帯の方は0円。受診券に記載あり)</small>	◎札幌市発行の後期高齢者健診受診券 ◎後期高齢者保険証
		②生活保護世帯の方	無料	◎生活保護世帯健康診査受診券
		③中国残留邦人等支援給付世帯の方	無料	◎本人確認証

健診内容	対象者	費用	受診に必要なもの
・血液検査(血清尿酸、血清クレアチニン、白血球数) ・貧血検査(ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数) ・心電図検査(体表12誘導)	①札幌市国民健康保険のとくとく健診(特定健診)を受ける方 ②札幌市の後期高齢者健診を受ける方	500円 <small>(市民税課税・非課税にかかわらず)</small>	◎とくとく健診(特定健診)受診券または後期高齢者健診受診券 ◎札幌市国民健康保険証または後期高齢者保険証
	※生活保護世帯の方、中国残留邦人等支援給付世帯の方は受診できません		
付加健診の注意事項			
①付加健診は希望制となっております。 ②付加健診はとくとく健診(特定健診)または後期高齢者健診と同時に受診していただきます。付加健診単独での受診はできません。			

肺がん検診・肝炎ウイルス検査

対象者であれば、ご加入の健康保険の種類に関係なく、特定健康診査受診券を持参されていない方も受診できます。

検査の種類	検査内容	対象者	費用	受診に必要なもの
肺がん検診(受診日現在で満40歳以上)結核定期健康診断(65歳以上、肺がん検診と同時実施)	① 問診、胸部エックス線検査 ② 喀痰細胞診(肺がん検診として、問診の結果により実施)	肺がん検診は、札幌市にお住まいで職場等の検診を受ける機会がなく、検診当日に40歳以上の方(39歳の方は受診できません)結核健診は、65歳以上の方(肺がん検診と同時実施)	無料 <small>(医師の判断により喀痰検査を行う場合は400円 ※1)</small>	健康保険証、運転免許証、パスポートなどの氏名・年齢・住所を確認できるもの。
肝炎ウイルス検査	B型・C型肝炎ウイルス検査	札幌市にお住まいで、過去に肝炎ウイルス検査を受診したことがない方	無料 <small>(平成29年3月31日まで)</small>	

※1 70歳以上、65歳～69歳で後期高齢者医療にご加入の方、市・道民税非課税世帯の方、生活保護世帯の方、中国残留邦人等支援給付世帯の方は証明書の提示により無料。

【問合せ先】

- 札幌市国民健康保険以外の健康保険にご加入の場合の受診券・費用等について…健康保険証の発行元にお問合わせください。(全国健康保険協会、健保組合、共済組合等)
- 札幌市国民健康保険、後期高齢者医療制度の受診券等について…北区役所保険年金課 係 ☎(011)757-2491
- 健診の実施内容について…北保健センター 北区北25条西6丁目 ☎(011)757-1181
- 生活保護世帯の方…担当ケースワーカーにお問い合わせください。
- 中国残留邦人等支援給付世帯の方…保健福祉局総務課にお問い合わせください。 ☎(011)211-2932
- 健診実施機関…(公財)北海道結核予防会札幌複十字総合健診センター ☎(011)252-5266



平成28年度 北区住民集団健康診査日程

地区	実施日	曜日	実施時間	実施会場	会場住所
鉄西・幌北	7月20日	水	13:30~15:00	幌北会館	北17西5
北	5月20日	金	9:30~11:30	北区民センター	北25西6
	5月20日	金	13:30~15:00	北区民センター	北25西6
	8月1日	月	9:30~11:00	札幌創成高等学校	北29西2
	9月20日	火	13:30~15:00	新陽会館	北26西15
	10月5日	水	13:30~15:00	南新川会館	北25西13
麻生	6月3日	金	9:00~11:00	麻生地区会館①	北39西5
	6月3日	金	13:30~15:00	麻生地区会館①	北39西5
	6月22日	水	9:00~11:00	麻生地区会館②	北39西5
	6月22日	水	13:30~15:00	麻生地区会館②	北39西5
	10月26日	水	9:30~11:00	麻生地区会館③	北39西5
新川さくら並木	12月6日	火	13:30~15:00	麻生地区会館④	北39西5
	6月28日	火	13:30~15:00	新川地区会館①	新川1-4
	8月19日	金	9:30~11:00	新川公園会館	新川西3-6
	8月23日	火	13:30~15:00	新川地区会館②	新川1-4
	11月1日	火	13:30~15:00	新川地区会館③	新川1-4
新琴似	11月2日	水	9:30~11:00	新川西会館	新川3-16
	5月19日	木	13:30~15:00	プラザ新琴似①	新琴似7-4
	6月17日	金	9:00~11:00	プラザ新琴似②	新琴似7-4
	6月17日	金	13:30~15:00	プラザ新琴似②	新琴似7-4
	8月29日	月	9:30~11:00	光陽児童会館	新琴似6-12
	9月9日	金	13:30~15:00	新琴似南会館	新琴似2-2
	9月16日	金	13:30~15:00	新琴似西会館	新琴似3-8
	9月20日	火	9:30~11:00	新琴似北会館	新琴似11-5
新琴似西	11月17日	木	13:30~15:00	プラザ新琴似③	新琴似7-4
	6月6日	月	13:30~15:00	新琴似三和福祉会館	新琴似7-14
屯田	11月4日	金	9:30~11:00	新琴似双葉福祉会館	新琴似9-14
	9月1日	木	9:30~11:30	屯田地区センター①	屯田5-6
	9月1日	木	13:30~15:00	屯田地区センター①	屯田5-6
	9月27日	火	13:30~15:00	屯田二番通東会館	屯田5-2
	11月2日	水	13:30~15:00	屯田団地会館	屯田3-4
	12月6日	火	9:30~11:00	屯田地区センター②	屯田5-6
太平百合が原	8月9日	火	13:30~15:00	内外太平会館	太平10-4
	9月27日	火	9:30~11:00	第四太平会館	太平9-7
	11月1日	火	9:30~11:00	烈々布会館	百合が原11
篠路	5月19日	木	9:30~11:00	篠路西部会館	篠路3-2
	6月29日	水	9:30~11:30	篠路駅前団地福祉会館①	篠路5-4
	6月29日	水	13:30~15:00	篠路駅前団地福祉会館①	篠路5-4
	8月7日	日	9:30~11:00	篠路コミュニティセンター	篠路3-8
	8月19日	金	13:30~15:00	篠路こまどり会館	篠路7-4
	9月20日	火	9:00~11:00	十軒会館	篠路町上篠路312
	10月5日	水	9:30~11:00	横新道会館	篠路2-6
	10月15日	土	9:30~11:00	豊明高等養護学校	西茨戸4-1
	11月17日	木	9:30~11:00	篠路駅前団地福祉会館②	篠路5-4
拓北・あいの里	6月13日	月	9:30~11:30	拓北・あいの里地区センター①	あいの里1-6
	6月13日	月	13:30~15:00	拓北・あいの里地区センター①	あいの里1-6
	8月9日	火	9:00~11:00	拓北ひまわり会館①	拓北7-3
	8月29日	月	13:30~15:00	拓北ひまわり会館②	拓北7-3
	9月9日	金	9:00~11:00	拓北・あいの里地区センター②	あいの里1-6
	11月4日	金	13:30~15:00	拓北会館	あいの里4-6
	12月7日	水	9:30~11:00	拓北・あいの里地区センター③	あいの里1-6

SAPPORO

6月 東区・南区・白石区・西区・厚別区・
北区・清田区・手稲区・中央区

相談
無料

仕事や生活にお困りの方のための

出張相談会

「ステップ」出張相談会 ～相談事例～

債務を整理したいのですが、相談先はありますか？

子供に手がかからなくなってきたので、扶養の範囲内で働きたいのですが？

何社も面接試験を受けていますが、緊張して上手に受け答えができないのですが？

結婚・子育て等でブランクがあるのですが、就職はできますか？

息子(娘)の就職の件で、相談する事はできますか？

就職や生活(借金、生活資金)等、様々な問題に**相談員が親身**になって対応いたします。
ステップには企業開拓をするスタッフがおり、皆様の**希望の求人開拓**を行っております。

対象

札幌市にお住まいの方で、生活相談や就労支援を希望される方。
※生活保護受給中の方は対象になりません。

ご予約・お問い合わせ

011-221-1766

※詳しくは裏面をご覧ください

住居確保給付金の相談も受けております。※支給には条件がありますので、詳細はお問い合わせください。

札幌市生活就労支援センター

ステップ

STEP FORWARD ～ 一步一步前へ進もう

電話 011-221-1766 ファクス 011-221-1767

E-mail step-sapporo@career-bank.co.jp

〒060-0042 札幌市中央区大通西6丁目10番地大通公園ビル8階
受付時間 午前9:00～午後5:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)

～キャリアバンク株式会社(札幌市委託事業)～

札幌市生活就労支援センター ステップ

検索



相談は随時ステップでも受け付けています。
お気軽にご相談ください。

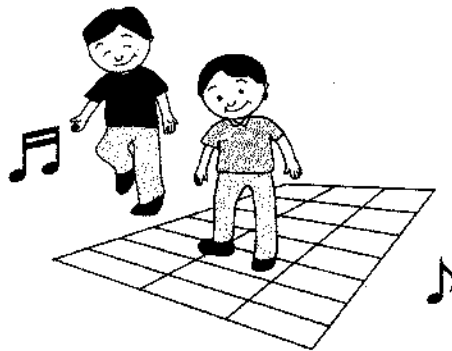
地域の皆様へ

認定 NPO 法人地域健康づくり支援会ワンツースリー

ご案内

私たちの団体では、介護予防と認知症予防のための、ふまねっと健康教室を行っています。ふまねっと運動とは、あみを踏まないようにゆっくり歩く、からだに優しい運動です。

- ◇ 歩行時のふらつきや注意力や記憶力を改善したい方、ぜひ一度体験してみてください。
- ◇ ボランティアのふまねっとサポーターが優しく楽しく、一生懸命進行しています。
- ◇ 失敗は大歓迎！だれかが思わず間違えると笑いが起こる、とても楽しい運動です。



ふまねっと体験会のご案内

日時 毎月第3水曜日 ①午前10時～11時30分、②午後1時30分～3時00分
場所 ふまねっとハウス北18条（北区北18条西4丁目1-1、地下鉄北18条駅前）
参加料 無料 申込み 前日までにお電話でお申し込み下さい。

介護予防・認知症予防 ふまねっと健康教室のご案内

◎ふまねっとハウス北18条

月・火・木・金曜日 各曜日4教室 定員 各教室12名

機能低下が気になる方のコース・元気な方の増進コース

◎ふまねっとハウス北24条

水・木・金曜日 各曜日1教室 定員 各教室12名

参加料 1回600円（3ヶ月割引、家族割引あります）

申込み 下記までお電話でお問い合わせください。

問合せ先）認定 NPO 法人地域健康づくり支援会ワンツースリー

ふまねっとハウス専用電話080-3179-7931（担当：竹原、佐藤、西澤）
事務局電話747-5007 FAX747-5008 住所 札幌市北区北23条西6丁目1-45 浜ビル1階
後援：札幌市

町内会・老人クラブ等役員の皆様へ

認定 NPO 法人地域健康づくり支援会ワンツースリー

ご 案 内

地域の課題（高齢者の健康増進、活動の担い手不足、見守り、町内会加入率の減少など）の解決や、町づくり活動の活性化には、町内会や NPO など地域の町づくりを担う団体がお互いに連携しながら取り組みを進めることが求められています。

札幌市では、地域のまちづくりの担い手の中心となる町内会や老人クラブと、活動分野についての専門性が高い NPO の連携を促進する取り組みが増えています。

私たちと一緒に地域の課題解決や地域活動の活性化に取り組んでみませんか？

町内会等に健康づくりサポーターを派遣します！

(市の助成あり)

- 町内会・老人クラブ等の団体に、ふまねっとサポーターを派遣します。
- 札幌市の助成（健康づくりサポーター派遣事業、または NPO 地域連携促進事業）が活用できるため、派遣料はかかりません。

条件）・自主活動グループや町内会などの地域組織等、健康づくりに取り組む団体

- ・参加者がおおむね 10 人以上であること
- ・札幌市における「市民との共同による健康なまちづくり」に向けた取り組みに対する参加、協力の意思があること

※利用回数：札幌市事業の規定により、サポーターの派遣は 1 年に 1 回までです。

ふまねっと運動の導入をお手伝いします！（市の助成あり）

- これから健康づくりを始める、又は活動をさらに活性化したいと考えている自主活動グループや町内会などの団体に、ふまねっと運動の導入をお手伝いし、自主的で継続的な健康づくり活動を応援します。
- 札幌市の助成（NPO 地域連携促進事業）が活用できます。詳しい助成条件についてはお問い合わせください。

具体的な導入の流れの例）

- ① 認知症予防講演会（ふまねっと実技体験）
- ② 健康づくりサポーター（ふまねっとサポーター）養成講習会
- ③ 団体の自主的継続的実践の支援

市内で様々な団体が導入し、認知症予防・介護予防の取り組みが活発化しています。

問合せ先）認定 NPO 法人地域健康づくり支援会ワンツースリー（担当：尚和、竹原）

電話 747-5007 FAX 747-5008 住所 札幌市北区北 23 条西 6 丁目 1-45 浜ビル 1 階