



北の沢

札幌市立北の沢小学校 学校便り

令和7年(2025年)12月25日

No.11



子どもたちの素直さに癒されて

校長 吉田典史

2学期が終わりました。

運動会があり、音楽発表会がありました。暑さに配慮し、ヒグマの出没に注意を払い、最近では凍った路面に四苦八苦しながらも、こうして今日の日を迎えることができました。

私は今、3年1組の体育の授業を行っています。日々成長する子どもたちの姿に、私自身が元気をもらっています。

特に跳び箱運動は、用具の出し入れから神経を使います。跳び箱の台車ごとの動かし方、台から降ろすときに指や足を挟まないようにする配慮、運動中のマットのずれの修正など、注意を払うべきことは枚挙にいとまがありません。

こうした安全への配慮は、まず一人か二人の子どもにモデルになってもらい、私が一緒に手本を示します。動作を見て、説明を聞く——その二つがしっかりできることが大切です。

私の指導が子どもたちに沁み込んだかどうかは、その動きや声に如実に表れます。もしけがをさせてしまえば、それは私の説明がよくなかったということです。もちろん、一回ですべてを理解することはできません。子どもたちの動きを目で追いながら、子ども同士がどのように声を掛け合っているかに耳を澄ませます。教師にも「見る」「聞く」が求められます。

ゆっくりと慎重な動き、「大丈夫?」「せいのっ!」——そんな声が体育館に響きます。

初めは8分かかっていた片付けが、今では3分。私が特に指示を出さなくても、安全かつスムーズに自分たちで進められるようになりました。

話が長くなりがちな私ですが、真剣に話を聞いてくれる子どもたちの素直な眼差しと、私の拙い言葉を理解し、信じて動いてくれる姿に勇気づけられました。日々の授業を続けてこられたのは、そのおかげだと改めて感じています。

最後になりますが、ふれあい広場やシン・北の沢レクなど、日々お忙しい中で準備を重ね、アイデアあふれる行事をつくり上げてくださった皆様に、この場をお借りして心より感謝申し上げます。「子どもを喜ばせたい」という純粋な思いに触れ、胸が温かくなりました。

子どもたちと共に学び、成長し合う学校であり続けたいと願っています。どうぞ3学期もよろしくお願いいたします。



1 月 の 行 事

日	曜	行 事 等
15	木	3 学期始業式（4 時間・給食あり） 図書返却週間
16	金	スクールゾーン実行委員会
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	図書館開館 すこやかデー スクールカウンセラー（午前）
21	水	
22	木	
23	金	PTA スペシャルフライデー②
24	土	
25	日	
26	月	児童委員会
27	火	スクールカウンセラー（午後）
28	水	
29	木	
30	金	3～6 年藻岩山スキー学習①
31	土	



＜冬季休校日について＞

○冬季休校日

1 月 5 日（火）、1 月 6 日（水）

○休校期間

12 月 29 日（月）～1 月 6 日（火）

※緊急の際は、件名を「緊急連絡」とし、下記宛にメールをしてください。

kitanosawa-e@sapporo-c.ed.jp

※冬季休校日の取組につきましては、札幌市教育委員会教職員課労務係（211-3855）にお問合せください。

＜冬休みの自由研究について＞

冬休みの自由研究の取組は任意です。自由研究に取り組んだ場合は、3 学期の始業日に持たせてください。各学級で発表したり、展示や掲示をしたりします。

＜クロームブックの家庭での利用＞

冬休み中にクロームブックを持ち帰る前に、学校では以下のことを指導します。ご家庭でも、お子さんと一緒に使い方等をご確認ください。

- ①保護者の許可があり、保護者が見ている時に使います。保護者が見ることができない時は、使う前に目的や時間などを伝えます。
- ②学習以外の目的では使えません。課題に取り組んだり許可されたりしたことに使います。
- ③机の上など、置き場所を決めて大切に扱います。
- ④バッテリーの充電が空にならないようにします。
- ⑤先生やクラスメイトとのオンラインでのやりとりはしません。（北の沢小の端末を使う時のルールより）

スキー学習について

スキー学習全般

○冬休み中に用具の点検をしておいてください。特に、ビンディングの調整やワックスがけなどを忘れないようにしてください。

○スキー用具の扱いに慣れていないお子さんについては、冬休み中に用具の出し入れや着脱等の練習をしておいてください。

○持ち物について

スキー用具一式、スキーウェア、スキー手袋、スキー帽子（耳の隠れる物）、スキーケース、リュックまたはフットケース、替えの手袋・靴下、汗取りタオル
※スキー場へ出かける時（敷き物、お弁当、水筒）

○保護者の方による学校へのお子さんのスキー用具の搬入については、冬休み中は、1 月 13 日（火）・14 日（水）の 9:00～16:00、始業日以降は、就業時間内（8:15～16:45）であればいつでも可能です。

藻岩山スキー学習（3～6 年生）

○日程：1 月 30 日（金）、2 月 5 日（木）

○学校と藻岩山スキー場の往復は徒歩ですが、スキー板とリュックは配送業者がスキー場入口付近まで運びます。

○スキー場からの下校は、職員が学校方面へ引率しながらの流れ解散かご家庭のお迎えになります。後日、下校方法等について調査します。

○3 年生以上の藻岩山スキー学習に関わる費用については、スキー学習終了後にお知らせし、2 月 27 日（金）に引き落とします。

○今年度からリフト乗車のための IC カード（クレジットカードぐらいの大きさ）を子どもたちに配付します。お子さんのスキーウェアの左側にリフト券入れ、又はチャックのついたポケットがあるか確認しておいてください。

※2 月 5 日（木）の 6 年生の指導は、キャリア教育の授業でもお世話になった全日本スキー連盟ナショナルデモンストレーター片岡崇弥さんが特別コーチとして指導して下さる予定です。

グラウンド雪山スキー学習（全学年・学級）

○学年・学級に応じた内容と回数で実施します。実施日は、各学級の時間割でご確認ください。

○低学年（1・2 年生）の学習活動は、PTA 活動サポーターの方々にご協力いただき、より安全に実施いたします。



きた さわしょう じとうかいかん

北の沢小三二児童会館



南区北ノ沢 1727 番地 5 北の沢小学校内 Tel 596-6315 Fax 596-6317
g-kan.syaa.jp 【管理運営】(公財)さっぽろ青少年女性活動協会

おかし ひゃくにんいっしゅ
昔あそび 百人一首

6日(火) 7日(水)

ごご2:00~3:00

みんなで百人一首をやってみよう!!

☆小1~小6 自由参加

おはなし

アドベンチャー

14日(水) ごご2:40~3:10

紙芝居や絵本の読み聞かせの時間です。

おはなしの冒険に出よう!!

☆来館者全員参加

けんてい
チャレンジ検定

23日(金) ごご3:30~4:30

なわとびの検定をします。

練習してチャレンジしてみよう!!

☆小1~小6 自由参加

こども運営委員会 きぼう

22日(木) 27日(火)

ごご3:30~4:30

行事について話し合いと準備をします。

☆小2~小6 メンバー

じくうかんも
あふよ

そっと話をきかせてよ

ほっとひと憩ついてほしい

きっと力になれるとおもう

じどうかんはここにがあります





ふゆやす ちゅう じどうかいかんりよう 冬休み中のミニ児童会館利用について

12月26日(金)～1月14日(水) ※12月28日(日)～1月4日(日)は休館日

かい かん しかん
【開館時間】

8:45開館、18:00閉館となります。

へんきよう
【勉強タイム】

10:00～11:00

自主学習の時間です。冬休みの宿題やドリルなどを持ってきてください。クロームブックを使用することもできます。



へんとう
【お弁当タイム】

12:00～13:00

午後も利用する場合は必ず昼食を持ってきてください。飲み物は水筒やペットボトルなどフタ付きのものを持ってきてください。ランチマット、おしぼりの用意もお願いいたします。



【おやつタイム】

15:00～15:30

自由参加です。ガムはご遠慮ください。ゴミは持ち帰りです。
(ゴミを入れる袋をご用意ください。)

そとあそ
【外遊びについて】

天気の良い日は外へ雪遊びに行くことがあります。
(状況に応じて13:00～14:30の中で1時間程度)

スキーウェア・帽子・手袋・長靴などが必要となります。

ねが
【お願い】

- 2～5年生用の玄関がミニ児童会館の玄関となります。ミニ児童会館に来た時は、ミニ児童会館のインターホンをおして、学年とお名前を言ってください。
- 学校がお休みの日は、絶対に他の玄関から出入りしないでください。
- 今年度利用者カードを提出していない方は、必ず提出してください。
お子さんのケガ、急病時に連絡する際に必要となります。また、すでに提出されている方で、連絡先が変わったという場合もお知らせください。
- 紛失やトラブル防止のため、貴重品やおもちゃなどは持ってこないでください。
- 小学校へ用事がある場合は、必ず正面玄関にある小学校のインターホンで用件を伝えてください。





笑顔あふれる
藻岩北の子

藻岩北だより

令和7年12月25日

札幌市立藻岩北小学校 NO.10

2学期の終業にあたり 寒さに負けず じっと待つとき

校長 二又 利行

師走の候、保護者の皆様、地域の皆様には、日頃より本校の教育活動に対し、多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。明日から子どもたちが楽しみにしている冬休みを迎えます。

今年の冬至は12月22日でした。冬至とは二十四節気の一つで、一年で最も昼の時間が短くなる日です。札幌地方のこの日の日の出は7時3分頃、日の入り時刻は16時3分頃で、夜の時間が約15時間と、最も長くなりました。しかし、翌日からわずかずつではありますが昼の長さが長くなります。昔からこの冬至の日を境に再び太陽の力が蘇ると考えられ、「一陽来復（いちようらいふく）」といって、幸運が巡ってくる節目とされてきました。柚子湯に入ったり、かぼちゃなどを食べたりして無病息災を願う冬至の風習は、本格的な寒さを乗り切るための先人の知恵です。冬休み期間中も暦は移り、同じ二十四節気では1月5日頃からは「小寒（しょうかん）」へと暦が移り、「寒の入り」を迎えます。子どもたちには、冬の自然の厳しさを感じながら、暦を通じて季節の移ろいを大切にしてきた文化に思いを馳せてほしいと願っています。

この2学期、子どもたちは日々の授業を通じ、基礎学力の定着に加え、学習課題に主体的に取り組み、深く考える力を身に付けました。また、「こぶしっ子遠足」や学習発表会などの行事では、仲間と協力し、一つの目標に向かって努力する素晴らしさを体感しました。さらに、5年生の宿泊学習や6年生の修学旅行といった宿泊的行事では、時間や行動の管理をすべて自分たちで行い、行動する自治的な活動が随所に見られ、責任感や集団生活のルールを学ぶ大きな機会となりました。子どもたちそれぞれの頑張りは本日お渡しした通知表にも十分反映されていることと思います。ぜひその頑張りをご家庭で共有し、共感していただけたらと思います。

さて、明日より冬休みに入りますが、長い冬休みを安全に、そして充実して過ごすために、ご家庭で以下の点にご留意いただけますようお願い申し上げます。北国の冬は日没が早く、路面状況も変化します。外出時は早めの帰宅を促し、雪山からの飛び出しや凍った水辺など、冬の事故には十分注意するよう、ご家庭で繰り返しお話しください。また、ゲーム機やスマートフォン等の利用頻度が長くなり、ネットに触れる時間が増える時期です。使用時間や場所などのルールを家庭で明確に定め、知らぬ間にネットトラブルに巻き込まれない・起こさない使い方を身に付けさせてください。大晦日や正月には、家族で大掃除をしたり、おせちの意味を学んだり、初詣に出かけたりと、日本ならではの伝統的な風習をぜひ楽しんで、文化や地域とのつながりを感じさせてください。

最後に、保護者の皆様、地域の皆様にあらためて感謝申し上げます。今学期は熊の出没、そしてインフルエンザ流行による二度の臨時休校という非常事態に対し、迅速かつ冷静にご協力いただきましたこと、重ねて厚く御礼申し上げます。皆様の迅速なご対応が、子どもたちの安全確保と学びの継続に何よりも力となりました。

三学期、更に大きく成長した子どもたちに会えることを楽しみにしております。どうぞご家族皆様で、健やかで良いお年をお迎えください。

安全で楽しい冬休みを

冬休みは自由研究はありません（家庭学習として取り組むことはできます）が、2学期の学習の復習に取り組みましょう。冬休みのドリルなどは、保護者の方に○付けなどで目を通していただき、お子さんの頑張りを見ていただきますようお願いいたします。

◎3学期の始めに漢字テストや復習テストを行います。

「冬休みのドリル」や2学期までの内容をしっかり復習することが大切です。漢字や計算ももう一度確かめていきましょう。

◎家で過ごす時間が多くなる時期です。ゲームやスマートフォン、インターネットを利用するご家庭は、十分お子さんの様子を見てあげてください。SNS等、ネットを介したトラブルが発生しています。ルールをしっかりと確認してお子さんを守ってください。

◎冬型の事故：屋根からの落雪、雪山からの飛び出し、等に十分気を付けて外出してください。

◎「エコライフレポート」への取り組みをしましょう。3学期に学校で振り返りをします。

◎冬の体力づくりとして、「雪かきチョボラ」（4・5・6年生）、「雪遊びチャレンジ」（1・2・3年生）をしましょう。10回達成後、学校に記録用紙を提出します。期間は2月15日（日）までです。

スキー学習について

2月には、スキー学習があります。学校のグラウンドのスキー場で学習しますが、3年生以上は藻岩山スキー場に1回、こぶし学級は、藻岩山スキー場1回とフッズスノーエリアに1回行く予定です。

冬休み中に、スキーウェアやスキー用具などの準備、点検をお願いします。

★3.4.5.6年生…藻岩山スキー学習

3.5年生 3月5日 2月2日（月）

活動時間（午前）3年生、こぶし 9:15～11:30

（午後）5年生 12:15～14:30

5年生下校予定15:05

4.6年生 2月3日（火）

活動時間（午前）4年生 9:15～11:30

（午後）6年生 12:15～14:30

6年生下校予定15:05

◎午後の部の5、6年生は弁当が必要です。学校で弁当を食べてから出発します。

◎午前の部の学年は学校に帰ってきてから給食を食べます。

★こぶし学級…スキー学習

藻岩山スキー場とフッズスノーエリアで行います。詳しくは、こぶし学級よりお知らせがあります。

※5年生は2月2日（月）が6時間授業になるため、2月3日（火）を振替として5時間授業とします。

3～6年生は、バス代とリフト代を2月の学校諸費と共に引き落とさせていただきます。金額は、実施後にお知らせします。

1月の予定

日	曜	行事
12	月	成人の日
15	木	3学期始業式 4時間授業（給食あり） 13:00下校 個人懇談のお知らせ配付
16	金	給食あり4時間授業（～21日、13:15下校） 冬休み図書返却（～19日）
19	月	A L T来校
20	火	登校指導① スクールカウンセラー来校（午後）
21	水	登校指導②
22	木	A L T来校
23	金	5年生「GO!GO!幼稚園」（幼稚園交流）
26	月	委員会
27	火	スクールカウンセラー来校（午前） A L T来校
28	水	A L T来校

《2. 3月の主な行事》

2月2日（月）3・5年、こぶし学級スキー学習（藻岩山）

2月3日（火）4・6年スキー学習（藻岩山）

2月12日（木）新1年生「一日入学・入学説明会」

2月13・16・17・18・20日 個人懇談

2月中 こぶし学級スキー学習（フッズスノーエリア）

3月4日（水）参観懇談（1・3・5年）

3月5日（木）参観懇談（2・4年、こぶし学級）

3月6日（金）参観懇談（6年）

3月23日（月）卒業証書授与式（1～5年休業日）

3月25日（水）修了式・離任式 下校12:10頃

保護者アンケート

「すぐーる」のアンケート機能で
1月5日（月）までをお願いします。

すでに、多くの方々にご協力いただいております。ありがとうございます。まだご回答いただいていない方は、回答期限にはまだ余裕がありますが、お早めに、「すぐーる」のチャネルアクションのアンケート機能から1家庭1回のご回答をお願いします。

スキーの持ち込み・持ち帰りについて

3学期からスキー学習が始まります。最初に学校へスキーを持ってくる日時については各学年のお便りでご確認ください。また、スキーの持ち込み・持ち帰りについて平日・土曜日を問わず、ミニ児童会館では対応できません。

平日の8時30分～16時45分までの時間で職員室の教職員にお知らせください。※土曜・日曜日は一切持ち込み・持ち帰りができません。

3学期始業式 1月15日（木）

4時間授業、給食あり 登校・8:15～8:25 下校・13:00頃

○冬休み中に学校へ連絡が必要なときは、*藻岩北小学校 電話：011-571-3511（平日8:30～16:30）

12月27日（土）から1月6日（火）は、冬季休校日のため転送電話になります。

*ミニ児童会館は、5日（月）から始まります。

令和8年 謹賀新年

昨年は当事業所の業務にご理解、ご協力をいただき、心より御礼申し上げます。

本年もたくさんの地域の皆様と手を携え、地域のことを一緒に考えていきたいと考えております。

身近な相談先として、地域包括支援センターをよろしくお願いいたします。

各地区の活動ご紹介

南沢地区

◆南沢福祉会館と友遊童夢(南が丘福祉会館)で、『健康まつり』が開催されました。

講師の方による楽しく体と頭を動かす講話が好評でした。

◆洞源寺と友遊童夢では「サロン」が開催されています。身近な集いの場で、笑ったり話したり、身体を動かしたり、地域の方が楽しく参加されています。南沢福祉会館ではふれあいサロン「ゆうりん」もありますので、皆様ぜひご参加ください。

◆令和8年3月に「住民向け研修」を予定しています。沢山のご参加をお待ちしています。

定山溪地区

◆11月に新しくなった定山溪学園にて、学生の歯科予防のイベント『和・歯・8020』と合同での『いきいき健康フェア』を開催しました。合同開催は数年ぶりでしたが、学生のエネルギーももらい、多世代への健康や認知症の啓発機会となりました。

藤野地区

◆11月「ふじのカフェ」で『家族介護者の集い』を開催しました。介護の先輩のお話を聞き、苦労話や工夫していることなどを情報交換しました。涙あり、笑顔あり貴重な時間になりました。

◆藤野介護サービス事業所連絡会「ふじねっと」の企画で『ふじねっとカフェ』を開催。東光ストア藤野店、コープさっぽろ藤野店2会場で行いました。ベジチェック・肌水分チェック、健康体操や相談コーナーなど、沢山立ち寄りしてくれました。

次年度も開催計画!

家族介護者の集い

日々の介護の中で悩みや不安を感じることはありませんか?
介護の悩みをひとりでは抱えきれず、同じ経験をもつ方と話し合えば、きっと一歩づつ楽になるのでは?

日時: 令和7年11月6日(木)
10:00~11:30

場所: ふじのカフェ
南区藤野3条6丁目5-2
※生協のとなり

お気軽にお立ち寄りください!

**ふじねっと
カフェ**

9/25(木)
13:30~15:30

簾舞地区

◆夏休みに簾舞児童会館で児童のみんなと「認知症」について学びました。その後はゲームや車いす乗車体験で盛り上がりました。

◆簾舞はこれからも幅広い世代へ「認知症」の普及啓発を行なっていきます。次はあなたの町内会へ!!

今年も各地区でさまざまな活動やイベントを予定しております。

開催のご案内は、回覧板などでお知らせします。確認の上、ぜひご参加ください!

地域の高齢者のご相談についてもお受けしております。お気軽にご相談ください。

札幌市南区第2地域包括支援センター

〒005-0814 札幌市南区川治14条2丁目1-36

(営業時間) 平日 8:50~17:30

☎011-572-6110



冬みちだより第1号

さがそう！ありがとうサギ

～答え合わせ～

答え

ありがとうサギはこの3びきでした

ありがとうサギさんの行動、本当に助かっております。
私から感謝を伝えさせてください!!



ゆきかきしてくれて
ありがとう



どろのじょせつのじまに
ならないようにゆきを
よけてくれてありがとう



すなまきしてくれて
ありがとう

雪かきお疲れ様です。体力が必要な作業ですが、みなさん1人1人の雪かきが、冬の生活の大きな助けとなっております。

道路の除雪をお手伝い頂く際に、雪を道路の端に寄せていただくと除雪機械がスムーズに通れます。

ツルツル路面に砂を巻いていただくことで、子供からお年寄りまで地域の皆さんが安全に道路を歩けます。



今後ともご協力よろしくお願いいたします。

○発行 / 札幌市南区土木部維持管理課

○お問い合わせ / 区の除雪事業について
/ 区の除雪作業について

▶札幌市南区土木維持管理課（南区土木センター）電話：011-581-3811

▶北地区除雪センター 電話：011-583-6851

▶南地区除雪センター 電話：011-573-9222

※お住いの区域の除雪センターについては、冬の暮らしガイドや、札幌市南区ホームページにてご確認ください。

※除雪センターでは、通話の内容を正確に記録し、適切な対応を行うため、全ての通話内容を録音しています。

●今後のリーフレット発行予定 / 第2号・第3号：1月、第4号：2月（全4号を予定）

このリーフレットのバックナンバーを札幌市南区ホームページに掲載する予定です。

札幌市南区 除雪関連

●このリーフレットは札幌市立大学の学生がデザインしました。

SAPP
RO

さっぽろ市
02-002-25-2281
R7-2-1521

冬みち
だより
第1号



さがそう！ ありがとうウサギ

そのこうどう、すぐたすかる！
ありがとうなこうどうをしている
ウサギはどこかな？

3 びきいるよ！

ヒント



**こたえは
ウラのページに！**

～ ふれあいサロンのご案内 ～

初冬の候、皆様におかれましてはご健勝のことと拝察いたします。

1月からのふれあいサロンのご案内をいたします。

☆印は、健康ミニ情報日です。（介護予防センター／地域包括支援センター）



1 月

1月5日（第1月曜日）（集会室）

・折り紙 ・童謡を歌おう

1月19日（第3月曜日）（和室）

・ストレッチ体操 他

☆1月26日（第4月曜日）（和室）

・らくらく体操 ・みんなで歌おう



2 月

2月2日（第1月曜日）（集会室）

・折り紙 ・童謡を歌おう

2月9日（第2月曜日）（集会室）

・民謡を唄おう ・民謡を踊ろう

☆2月16日（第3月曜日）（和室）

・ストレッチ体操 他



3 月



☆3月2日（第1月曜日）（集会室）

・折り紙 ・童謡を歌おう

☆3月9日（第2月曜日）（集会室）

・民謡を唄おう ・民謡を踊ろう

3月16日（第3月曜日）（和室）

・ストレッチ体操 他

3月23日（第4月曜日）（和室）

・らくらく体操 ・みんなで歌おう

- 開催場所 もいわ地区センター（川沿8条2丁目4-15）
第1週・第2週…2階 集会室
第3週・第4週…1階 和室

- 開催時間 13:30～15:30

- 申し込み 不要です。直接会場へお越しください。

- 問い合わせ先 藻岩地区社会福祉協議会
（藻岩地区町内会連合会内）
TEL・FAX 572-9460
水・金曜日 13:00～16:00

※ この事業は赤い羽根共同募金の
支援を受けています。



北ノ沢地区 すこやか倶楽部！

1・2・3月のご案内と参加者募集

北ノ沢 第三町内会館 (北ノ沢1819-2246) 14:00～15:30 	1月14日(水)	スマホセミナー 「スマホの基本と防災」
	2月4日(第1水)	「保健師さんの健康講話」
	3月11日(水)	「健美操とツボ押し体験」

※都合により、中止または内容が変更になる場合があります。

※中止の場合はご連絡いたします。

参加費：無料！

参加対象：概ね、65歳以上の方

持ち物：飲み物、筆記具、手拭きタオル、
上履き

※咳エチケット・手指消毒にご協力をお願いいたします。

※詳細は下記へお問い合わせ下さい。



【お問い合わせ・申込先】

南区介護予防センターもいわ

電話：578-4525 / FAX：571-7566

E-mail：kaigoyobou-moiwa@maedakinen.org

※「すこやか倶楽部」は、札幌市の委託で開催しております。

(主催) 札幌市南区介護予防センター定山溪/もいわ合同開催

カメラがオフでも
参加できます!!

オンライン Good Life健康講座

Zoomを使って体操をしてみませんか?
いつまでもお元気で、充実した生活を
目指すためのオンライン講座です!!
(※本講座は札幌市の委託により開催
しております)



イスに座って
できる体操です!



ご自宅から気軽に参加してみませんか?

①		②	
内容		「脳トレ・コグニサイズ」 「タオル体操」「サッポロスマイル体操」	「理学療法士による体操」 講師：定山溪病院 理学療法士
日時		10：30～11：30（Zoom受付時間10：00～）	
令和8年	1月	8日（木）	22日（木）
	2月	12日（木）	26日（木）
	3月	12日（木）	26日（木）

【対象】 : おおむね65歳以上の方、及びZoomが使用できる方

【参加方法】 : Web会議システム **Zoom**

【参加費】 : 無料!

※特にスマートフォンでの受講の場合はパケット通信料が発生します。
Wi-Fi環境での受講を推奨いたします。

【準備】 : カメラ、マイク、スピーカーが利用できるパソコン
またはスマートフォン・タブレット。
体操で使用する椅子。

お手元に、水分補給用の飲み物・タオルをご準備下さい。

【お申し込み方法】 : メールでお申し込み下さい。

送信先 E-mail : kaigoyobou-moiwa@maedakinen.org

お申込みの際は、メールで以下の内容を送信して下さい。

※Good Life健康講座希望・参加希望日・参加者氏名・
電話番号・住所

※お申込みいただいた方には、講座当日のID・パスワード等をメールでご案内
させていただきますので、必ずご確認ください。

お問合せ

札幌市南区介護予防センターもいわ ☎578-4525 (小野)

札幌市もいわ地区センター TEL (011) 572-5733 FAX (011) 572-5744

住所：札幌市南区川沿8条2丁目4-15

HP: <https://moiwa.jp> e-mail: sapporo-moiwa@able.ocn.ne.jp

Instagram: <https://www.instagram.com/sapporomoiwachikusen/>

HP

インスタ



❦ 新年あけましておめでとうございます ❦

今年も午のように勢いよく元気が出る地区センターをめざします ㊗ どうぞよろしくお願いいたします

㊗ 地区センターからお知らせ

コピー・FAX サービスの取扱いを変更しました

情報のセキュリティ強化及びその他の理由で
以下のサービスを終了することとしました。

- ① USBメモリからのプリント
- ② 定型サイズ外のコピー、細かな倍率設定など何度も試行を繰り返すコピー
- ③ FAXの送信

また、著作権法に基づき図書室所蔵本を含む書籍、新聞類のコピーも
お受けすることができません。詳しくは裏面の図書室通信をご覧ください。



確定申告無料相談会のお知らせ

開催日：2月8日(日)

会場：1階多目的ホール

詳細は北海道税理士会札幌南支部まで

☎(011)643-0123



講座・催しもののご案内

◎からだを温め、緩めるリラクソヨガ

【全2回】

椅子、マットを使ったヨガで血流を促し自律神経を整えます。体の冷えや冬の運動不足が気になる方にオススメです

日	2月1日・8日(日) 10:30~11:30
対	20歳以上の方 定 8名
¥	2000円
持	飲み物、タオル
×	1月31日(土)



◎筆ペンで美文字講座

宛名やのし袋の表書きを筆ペンで綺麗に書く練習をします。筆ペンはお持ち帰りいただいておうちでも練習ができます。

日	2月12日(木) 10:30~12:00
対	18歳以上の方 定 7名
¥	1000円(筆ペン付き)
持	筆記用具
×	2月5日(木)



◎北海道島の遺跡と文化ー世界遺産登録

5周年を迎えるにあたってー【全2回】

2026年7月「北海道・北東北の縄文遺跡群」が世界遺産に登録されて5周年を迎えます。

縄文遺跡群が北海道島の歴史の中で、どのような意味を持ち、その後の歴史にどう関連していくのか北海道の遺跡と文化について解説します。

講師：越田 賢一郎先生(札幌国際大学縄文世界遺産研究室室長)

日	2月19日、3月5日(木)
	10:30~12:00(10:15より受付開始)
	2/19: 世界遺産「北海道・北東北の縄文遺跡群」
	3/5: 北海道島独自文化の展開

対	高校生以上の方
定	10名(1日のみの参加も可)
¥	1000円(1日参加の場合は700円)
持	筆記用具
×	2月13日(金)



日	日時	
対	対象	申込フォーム
定	定員	
¥	参加費	
持	持ちもの	
×	申込締め切り日	

《お申込みについて》

- ①お電話(572-5733)または窓口へお越しください。
- ②参加費はお申し込み後、おおむね1週間以内に納金ください。
納入された参加費は原則としてお返しできません。
- ③応募者が少数等の理由でやむをえず中止になる場合があります。
- ④当日体調がすぐれない方は参加をお控えください。
- ⑤感染対策に引き続きご協力をお願いいたします。

図書室通信



新刊リストが確認できます！



1月のおすすめ本コーナー



- ◎ 午年の作家さん
- ◎ 「あら♡気になる」思わずジャケ借り♪
- ◎ 開運しましょう！
- ◎ 胃袋にやさしいレシピ
- ◎ (児)うまどし・うまの絵本

2026 年もどうぞよろしくお願いいたします。



！【重要】！

図書室での複写サービスについて

本の複写(コピー)をする場合は著作権法上の制限があります。

当図書室は著作権法第31条の「図書館等」にあたらないため、複写サービスを行うことができません。

(中央図書館では法律上著作物の2分の1までコピーできます)

図書室の本、ご自身の本にかかわらず地区センターでコピーをすることはできませんのでご了承ください。

貸出禁止の資料や地図、新聞・雑誌についても同様です。

コピーが必要な場合は、中央図書館や地区図書館にご足労願います。

なお、貸出をした本を私的利用のためコンビニ等でご自身がコピーすることは問題ありません

(著作権法第30条の「私的利用を目的とした複写」にあたるため)。

スマホ等での撮影も問題ありませんがシャッター音などにご注意ください。

「わたしが見つけたもいわの一冊」(事務/亀崎)

これさえあれば!ごはんの友/主婦の友社

「今日のご飯どうしよう」そんな時におすすめしたい一冊。

納豆ひとつでも工夫次第でアレンジは無限大。

特別な材料はいらず、頑張らなくても楽しめるご飯がすぐに完成します。毎日のごはんに気軽に取り入れたい内容です。

1人ご飯にもおすすめです♪



年末年始の休室日

12月29日(月)~1月8日(木)

1月9日(木)から開室します

今年はシステム更新のため、休室期間が通常よりも長くなっています。

今年もやります、福袋!

1/9~

アンケートへのご協力ありがとうございました。
ご希望の多かった4つのジャンルの福袋を用意しております。

昨年同様、好きなジャンルを二つ選んでくじを引いていただきます。

どんな本が当たるかお楽しみ月

(福袋の本は貸し出しとなります。差し上げるものではありませんのでご注意ください)



第3週の開催です
ご注意ください

1月のぶーぶ(乳幼児対象)

1/15(木) 11:00-11:30 キッズスペースにて

「あぶくたった」 さいとうしのぶ/さく 他

「こぶたのぶーぶ」さんによる手遊びと

絵本の読み聞かせ

どうぞお気軽にご参加ください。



1月図書室カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				休室	休室	休室
				1	2	3
休室	休室	休室	休室	休室	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	休室	休室

《定員制教養講座受講生募集》

講座名	曜日	時間	定員	回数
大正琴	第1・2・3 月曜	10時～12時	8人	月3回
手芸	第1・3 月曜	13時～15時	10人	月2回
絵手紙	第2・4 月曜	13時～15時	10人	
はじめてのピラティス	第1・3 月曜	A 9時30分～10時30分 B 11時～12時	各25人	
健康アップ 表情筋トレ	第1・3 火曜	10時半～12時	18人	
歴史を学ぼう	第2・4 水曜	13時～15時	28人	
はじめての 背骨コンディショニング	第1・3 水曜	A 9時30分～10時30分 B 11時～12時	各25人	月3回
ペン習字	第1・2・3 金曜	10時～12時	10人	
筆ペンで楽しい己書 A 4月～9月 B 10月～3月	第1・3 土曜	13時～14時30分	各12人	



〈講座受講期間〉 令和8年4月～9年3月の1年間 (筆ペン 己書講座は、半年です)

※諸般の都合により講座内容・日程・回数等が変更になる可能性もございますので、
あらかじめ承知おきください

〈お申込みについて〉

●期間 **令和8年2月10日〔火〕～22日〔日〕**

(土日も開館しておりますが、祝日は休館です)

- 対象 昭和41年(1966年)4月1日までに生まれた方
- 開館時間内にご本人がセンターへお越しいただき、申込用紙にご記入ください
- お申込みが定員を超えた場合、抽選になります
- 受講料 無料(資料代や材料費の実費はかかります)
- 抽選日 3月2日〔月〕13時過ぎ～の予定

※利用登録証をお持ちでない方は、マイナンバーカードや運転免許証など
氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください

※受講の際は、利用登録証が必要になります

お電話でのお申込みは行っておりませんので、予めご了承ください

(来館が難しい方は、申込用紙をHPから印刷・記入してFAXいただいてもお受けできます)

〈お申込み・お問合せ先〉

(開館時間 9～17時)

札幌市南老人福祉センター

石山78-68(石山緑地公園隣接)

TEL 591-3100
FAX 591-1221



札幌市南老人福祉センター

[illegible]

令和 8 年 1 月 1 日

藻岩地区社会福祉協議会
会 長 村 上 剛
福 祉 部 長
岩 村 重 勝

真駒内公園・雪中ウォーキングへのお誘い

松の内を過ぎ、寒さも本格的になって参りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
この冬も外出を控え、自宅で過ごされる方が多くいらっしゃると思います。

当会では冬の行事として、真駒内公園の雪中ウォーキングを下記の要領で計画致しました。

長距離や早歩きは苦手という方、雪景色を眺めながら是非ゆったりウォーキングにご参加下さいます様ご案内申し上げます。

— 記 —

1. 日 時 **2月14日(土) 10:00~12:00**
2. 集合場所 サケ科学館前 (10:00)
3. 行 程 サケ科学館前出発(10:30) ⇒ 公園内をゆったりと約3km
(随時休憩を含む)
お楽しみタイムがあります!
4. 持ち物他 帽子・手袋・滑らない靴・ストックのある方はご持参ください。
(暖かい服装でお越しください。)
5. 参加料 無 料
6. 申し込み先 水・金曜日 13:00 ~ 16:00
藻岩地区社会福祉協議会 (藻岩地区町内会連合会内)

572-9460

《 申し込みは、2月12日(木) まで受付 》



※ 多少の降雪の場合は実施します。

当日の朝に判断しますので取り急ぎ集合願います。

※ おこめ袋にて滑走します。

※ レクリエーション保険に加入します。

町内会の皆様

藻岩地区社会福祉協議会
会 長 村上 剛
藻岩地区 福祉部長
岩村 重勝

健康づくり講演会

『ご高齢の方に多い誤嚥性肺炎』

雪が少ない今冬ですが、寒さはやはり厳しい毎日です。皆様いかがお過ごしでしょうか。

この頃「病院へ行ったほうがいい？」といった会話をよく耳にします。そんな皆さんの不安を和らげられるよう、当会では下記のとおり専門医をお呼びしてお話をお聞きしたいと思っております。後半は、保健師や栄養士の講話も予定しております。

ぜひ、ご近所、ご友人をお誘い合わせの上、参加いただきたくご案内申し上げます。

— 記 —

1. 日 時 令和8年1月27日(火) 14:00~15:30

2. 場 所 もいわ地区センター 2階 集会室
(南区川沿8条2丁目4番15号)

3. 内 容 第一部 地域健康教室 (14:00~15:00)

講演会『ご高齢の方に多い誤嚥性肺炎』

～知っておきたい食べる力(摂食・嚥下)の基礎知識

講 師 中根敏得リハビリテーション内科小児科医院
中根 理江 先生

第二部 南保健センターによる健康講話(15:10~15:30)

・噛む力を引き出す食事の工夫

講 師 南保健センター 本間 香帆 栄養士

・いつも元気な人も要注意!!隠れた危険を見つける「特定健診」

講 師 南保健センター 朝夷 七海 保健師

4. 参加料 無 料

5. お問い合わせ先 藻岩地区社会福祉協議会 電話 572-9460(水・金)

【共催】札幌市南区社会福祉協議会

【協力】札幌市医師会南区支部

【協力】札幌市南区保健福祉部 健康・子ども課

【協力】札幌市南区第2地域包括支援センター

【協力】札幌市南区介護予防センターもいわ



税理士による給与所得者・年金受給者のための

所得税の確定申告 無料相談会

主催 北海道税理士会札幌南支部

■ 場 所 もいわ地区センター 1 階 多目的ホール
(札幌市南区川沿8条2丁目4番15号)

■ 日 時 令和8年2月8日(日)9:30~16:30 (昼休み 12:00~13:00)

受付終了時刻は、午前の部は11時、午後の部は16時
とさせていただきますが、会場の混雑次第では、
早める場合がありますので、ご了承ください。

■ 相談対象者

「65歳以上又は障がい者手帳をお持ちの方」で源泉徴収されている 1 千万円以下の給与収入・年金収入のある方で次に該当する方

- ① 年途中で退職して年末調整していない方
- ② 医療費の控除を受けられる方、又はセルフメディケーション税制を利用される方
- ③ 住宅を取得した方
- ④ 2 か所以上から給与・年金を受けた方

※ ご商売をされている方、不動産の貸付をされている方、土地・建物や株式等を買
られた方、配当所得などは相談の対象となりません。

■ 当日にご持参いただく書類等(裏面に記載)

■ 公的年金等の収入金額が年 400 万円以下の方へのご注意(裏面に記載)

■ お願い 会場は駐車場が狭いため、公共の交通機関等をご利用ください。

■ 照会先 北海道税理士会札幌南支部事務局(電話643-0123)

◎当日ご持参いただく書類

【申告に必要な書類ですので該当するものをご持参ください】

- ① 給与や年金の源泉徴収票(原本)
- ② 支払った医療費の領収証(あらかじめ病院ごとに集計してください)またはそれを記載した医療費の明細書
- ③ ②に代えて医療保険者から送付された医療費の通知書(1年分が網羅されているかご確認ください。されていない場合は、その期間については領収証をお持ちください)
- ④ 生命保険料、介護保険料(民間)地震保険料(旧長期損害保険料を含む)の控除証明書
- ⑤ 国民年金の保険料控除証明書、国民健康保険、介護保険(公的)、後期高齢者医療保険の2025年中に支払った金額のわかるもの
- ⑥ 住宅を取得した方の必要書類については国税庁のホームページでご確認ください
- ⑦ 還付金を受け取るための申告者本人の預金口座番号等
- ⑧ 税務署から送付された申告に関する書類等
- ⑨ 源泉徴収をされた退職金があればその源泉徴収票
- ⑩ 前年も申告をされた方はその申告書の控え(あればスムーズに対応できます)

◎公的年金等の収入金額が年 400 万円以下の方へのご注意

公的年金等の収入金額が年間 400 万円以下の方で、その年分の公的年金等にかかる雑所得以外の所得金額が、20 万円以下であれば確定申告は不要ですが、源泉徴収された所得税の還付を受けようとする場合は確定申告書を提出しなければなりませんのでご注意ください。また、所得税の確定申告書を提出されない方は、個人住民税についての手続きが必要となる場合がありますので、直接、各市税事務所へご確認ください。会場にてご相談ください。

藻岩アイスクャンドル コンサート

冬の恒例イベント「藻岩地区アイスクャンドル」に先立ち、南区ゆか
いのアーティストによる癒しと安らぎのクラシック演奏をお届けします。
0歳から入場可能、小さなお子様も一緒に楽しめるコンサートです。
途中で入退室しても大丈夫。温かいご理解をお願いいたします。

出演：アンサンブルグループ 奏楽（そら）

オーボエ：岩崎 弘昌 フルート：佐藤 香澄 ホルン：畑田 咲藍
バイオリン：長谷川 加奈 ピアノ：前田 朋子 5名での出演



演奏曲：主よ、人の望みの喜びよ（J.S. バッハ）、チャルダッシュ（モンティ）、
《ハウルの動く城》より 人生のメリーゴーランド ほか

2026年1月23日（金）

開場 16:30 / 開演 17:00 / 終演 18:00（予定）

藻岩小学校 体育館（川沿7条2丁目3-1）

駐車場はありません。公共交通機関でお越しください。

主催：藻岩地区町内会連合会・藻岩小学校・南区地域振興課
問い合わせ先：南区地域振興課（582-4723）

入 場 無 料
申 込 不 要



藻岩町連HP
「もいわ暮らし」
で掲載中。中止
の場合もこちらで
お知らせします。

SAPP
RO



さっぽろ市
02-Q01-25-2364
R7-2-1567

出演者紹介



オーボエ 岩崎 弘昌（いわさき ひろまさ）

滝川市出身。国立音楽大学卒業と同時に札幌交響楽団に入団。ドイツに留学し、ハンブルク国立歌劇場管弦楽団で研鑽を積んだ。帰国後も札幌で活躍する傍ら、ソリストとしても東京文化会館などで好評を博す。2008年より若手演奏家と共にアンサンブルグループ「奏楽（そら）」を立ち上げ、2020年の札幌退団後、NPO 法人奏楽の理事長として、音楽を通じた社会貢献と演奏活動を道内外各地にて精力的に展開している。

フルート 佐藤 香澄（さとう かすみ）

札幌大谷大学芸術学部音楽学科卒業。第12回日本フルートコンベンションコンクール銀賞、第2回札幌大谷音楽コンクール管弦楽部門優秀賞を受賞。在学中に木ノ脇道元氏と共演。フルートを柿山里奈、高橋聖純の両氏に、室内楽を柿山里奈、三瓶佳紀の両氏に師事。故ジュンジュシ・ゾルターン、工藤重典、ワルター・アウアー各氏など、国内外の著名な奏者の指導を受け研鑽を積む。ブーケデソン音楽教室、三響楽器フルート講師。札幌フルート協会理事。



ホルン 畑田 咲藍（はたけだ さくら）

札幌大谷大学音楽学科演奏クラスを特待生で卒業。同大学第7回吹奏楽定期演奏会にてソリストを務める。卒業演奏会、札幌市民芸術祭新人音楽会、三岸好太郎美術館ミニリサイタル等、在学中より様々な演奏会に出演。元ウィーンフィル管弦楽団首席奏者 G. ヘグナー氏、西條貴人氏のマスタークラスを受講。ホルンを島方晴康、橋本敦、室内楽を倉橋健、玉木亮一、三瓶佳紀の各氏に師事。ライズ音楽院、三響楽器ホルン講師。札幌市を中心に演奏活動を行う。

バイオリン 長谷川 加奈（はせがわ かな）

北海道教育大学札幌校芸術文化課程音楽コース卒業。リスト音楽院セミナー、ドイツにてコレギウム・ムジクム・サマーアカデミーに参加し研鑽を積む。イタリア・トリノの教会にて現地合奏団とソリストとして共演。札幌を中心に演奏活動を行うほか、道内各地の学校や施設でアウトリーチ活動も精力的に行う。ヴァイオリンを山崎量子、内田輝、山本聖子の各氏に師事。ヤマハヴァイオリン講師。弦楽アンサンブルエルヴェ、アンサンブルグループ奏楽のメンバー。



ピアノ 前田 朋子（まえだ ともこ）

北海道教育大学札幌校芸術文化課程音楽コース卒業、同大学大学院修士課程修了。札幌市民芸術祭新人音楽会、Kitara のサマーコンサート、三岸好太郎美術館ミニリサイタルなど、ソロで各地の演奏会に出演。在学中より、管弦楽器・声楽などの共演ピアニストとしても積極的に活動し、数多くの演奏会に出演している。現在はアンサンブルグループ奏楽のメンバーとして道内外で演奏活動を行うほか、北海道教育大学札幌校にて後進の指導にもあたっている。

会場までのアクセス

じょうてつバス「藻岩小学校」から徒歩約1分

じょうてつバス「藻南公園」から徒歩約5分

正面玄関からご入館ください。



札幌市保養センター駒岡

いきいきふれあい講座2026

～受講生募集～

保養センター駒岡では様々な講座を開講しております。この度、2026年度の新規受講生を募集いたします！！これから何か新しいことを始めてみたい方、友人の輪を広げたい方、健康づくりをしたい方、みなさまからのお申込みをお待ちしております

受講対象者：60歳以上の方・保養センター駒岡で初めて受講される方を優先

受講期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

受講料：無料 ※ただし施設利用料として1回につき60歳以上700円・60歳未満1,100円

募集期間：令和8年2月12日(木)～令和8年2月24日(火)

※募集人数を上回る申込みがあった場合は抽選となります。抽選日：令和8年3月2日(月)

【申込み・問合せ先】保養センター駒岡 電話 011-583-8553

〈募集を行う講座〉

講座名	曜日・時間	定員	講師	教材費・ご持参頂く物
英会話A（中級）	第1～4火曜日 10:00～11:30	24	グラハム・ ジョンソン	筆記用具 
英会話B（初中級）	第1～4火曜日 12:00～13:30	24		
英会話C（初級）	第1～4火曜日 14:00～15:30	24		
初心者英語	第1～4金曜日 10:00～11:30	24		
 やさしい水彩画	第2・4木曜日 13:30～15:30	15	原田 ミドー	1回250円 道具購入の場合、初回のみ 別途5,500円
代謝アップ体操	第1～4水曜日 13:00～14:30	20	宮川 さとみ	バスタオル・またはマット
書道	第2・4水曜日 13:00～14:30	15	斉藤 祐子	1回100円 半紙・墨代等実費
 ペン習字	第2・4水曜日 10:00～11:30	15		 1回100円 筆記用具
やさしいヨガ	第1～4水曜日 10:00～11:00	22	エ藤 智美	 ヨガマット
ヨガ	第1～4水曜日 11:10～12:10	22		
頑張らない筋力体操	第1・3金曜日 13:00～14:15	12	佐藤 久美子	なし
 筋膜リリース エクササイズ	第2・4木曜日 10:00～11:15	12		
カラオケ	第2・4木曜日 10:00～12:00	40	豊田 幸恵	なし

四つ玉ビリヤード (月曜午前クラス)	第1～4月曜日 10:00～12:00	8	阿部 実 	なし ※道具は無料貸出
四つ玉ビリヤード (月曜午後クラス)	第1～4月曜日 13:30～15:30	8		
四つ玉ビリヤード (火曜午前クラス)	第1～4火曜日 10:00～12:00	8		
四つ玉ビリヤード (火曜午後クラス)	第1～4火曜日 13:30～15:30	8		
NEW 月曜初心者麻雀 (午前クラス)	第1～4月曜日 10:00～12:00	20	シーズネット 	初回時のみ テキスト代1,000円
水曜初心者麻雀 (午前クラス)	第1～4水曜日 10:00～12:00	20		
水曜初心者麻雀 (午後クラス)	第1～4水曜日 13:00～15:00	20		
陶芸 A組	第1・3火曜日 10:00～14:30	16	高田 高子	年額1,200円 粘土代1kg800円～ 
陶芸 B組	第1・3木曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 C組	第2・4木曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 さくら組	第2・4火曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 すずらん組	第1・3水曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 ゆり組	第2・4水曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 すみれ組	第1・3金曜日 10:00～14:30	16		
陶芸 ふじ組	第1・3月曜日 10:00～14:30	16		
声を出して 本を読もう	第2金曜日 13:00～14:30	10	健康生きがいづくり アドバイザー	なし
折り紙講座(申込不要)	第3金曜日 13:30～14:30	自由 参加	折り紙フレンド ケンケン	入浴料のみで ご利用いただけます

真駒内駅からバスで
片道約13分♪



駐車場70台
マイカーでも
お越しいただけます



◆札幌市南区真駒内600番地20

◆011-583-8553

◆指定管理者  社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会



札幌市にお住まいの方の相談に、札幌市生活就労支援センター ステップが応えます。

SAPPORO

その困いごと

相談
無料

まず相談してみませんか

相談事例を
ご紹介

- ・ 年金だけじゃお金が足りなくてねえ…
シニアの私でも仕事はありますか？
- ・ 借りたお金、滞納…相談先はありますか？
- ・ 離婚しました…子供を抱え生活が不安です
- ・ 就職活動に自信がありません…
- ・ 家族のことで、相談したいのですが…
- ・ 急に仕事を辞めてしまい、今後のことが心配



※その他、どこに相談したらよいのかわからず困っている等

スペシャルメニュー

『多重債務者相談窓口』がステップにやってくる！

カードローンなど、借金返済のお悩みはありませんか？
北海道財務局 多重債務者相談窓口がステップで出張相談会を開催します。

【開催日時】 2/17(火) 10:00～16:00 (要予約)

ステップが各区で
出張相談会を開催！
詳しくは裏面で！

ステップの様々な情報をお届けします♪

LINE

LINE公式アカウントはじめました

LINE@ID:@step-sapporo



対 象

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

お問い合わせ
ご予約

☎ 011-221-1766

<https://step-sapporo.jp/>

札幌市生活就労支援センター ステップ

検索



秘密
厳守

・住まいに関するお困りごとがある方へ一住居確保給付金(家賃補助・転居費用補助)の相談も受付中です。
※ 給付金の支給には要件や上限額がありますので、まずはご相談ください。

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

〒060-0042

札幌市中央区大通西6丁目10番地
大通公園ビル7階

受付時間 午前 9:00～午後 5:00

土・日・祝日・年末年始を除く平日のみ

キャリアバンク株式会社(札幌市委託事業)



2026年2月出張相談会

開催日程

※ご相談については予約の方が優先になります。

中央区	2月12日(木)	中央区役所(5F) 中央区南3条西11丁目	10:00 ~ 15:00
	2月20日(金)	札幌総合行政相談所 (丸井今井札幌本店 一条館9階) 中央区南1条西2丁目	10:30 ~ 16:00
	2月26日(木)	ハローワーク札幌 中央区南10条西14丁目	10:00 ~ 12:00

東区	2月13日(金)	あいワーク東(東区役所1F) 東区北11条東7丁目	10:00 ~ 15:00
	2月10日(火)	ハローワーク札幌北 東区北16条東4丁目	10:00 ~ 12:00
	2月24日(火)		

西区	2月5日(木)	西区民センター(3F第5会議室) 西区琴似2条7丁目	10:00 ~ 15:00
厚別区	2月3日(火)	厚別区民センター(2F会議室A) 厚別区厚別中央1条5丁目	10:00 ~ 15:00
豊平区	2月13日(金)	ハローワーク札幌東 豊平区月寒東1条3丁目	10:00 ~ 12:00
	2月27日(金)		
白石区	2月19日(木)	白石区民センター(5F集会室A) 白石区南郷通1丁目	10:00 ~ 15:00
南区	2月17日(火)	南区役所(2F会議室) 南区真駒内幸町2丁目	10:00 ~ 15:00

※上記以外の日程で相談をご希望の方は、
ステップにて(平日9:00~17:00)相談ができます。

ストップ・ザ・交通事故

冬道はすべるカモ!

変化する天候・路面に合わせた運転を!



ゆとりある車間距離と
スピードダウンを!
南警察署



藻岩山

南警察署
011-5520-110
藻南交番
011-571-6134
北ノ沢交番
011-571-9520

作成者
松山 誠太

慣れた雪かき 危険がいっぱい

例年、屋根からの落氷雪による事故や屋根の雪下ろし、除雪機による除雪中の事故が発生しています。

- 早めの雪下ろしを
- 危険な軒下には近づかない
- 転落防止の措置を
- 屋根の雪下ろしは複数で
- 除雪機のエンジンを掛けたまま、雪詰まりの除去等の作業をしない

南警察署

除雪機は施設し、盗難には十分注意して下さい。

冬山には常に危険が潜んでいる

～バックカントリースキーによる遭難に注意～

- 登山計画書を提出しましょう。
- 万全の冬山装備を準備しましょう。
- 気象情報等を事前に確認しましょう。
- スキー場の注意事項を遵守しましょう。
- 悪天候時は無理をしないようにしましょう。

南警察署

1月10日は110番の日 110番の正しい利用をお願いします

- 110番は、事件・事故などが発生した際の緊急電話です。
- 事件・事故などで通報した際は、慌てず、落ち着いて質問に答えてください。警察官が早く到着できるよう、その場所の住所や付近の目標となる建物などを正しく伝えてください。
- 落とし物の届出や諸手続に関する照会などは、最寄りの警察署へ連絡ください。
- 相談や警察業務に関する要望・意見は、警察相談専用電話「#9110」をご利用ください。

南警察署



南警察署ホームページもご覧ください。