

# 桑園かわら版



\*桑園フォトコンテスト2023 桑園まちづくりセンター賞「マロニエロード」

## 桑園チャンネル

第39回：4月25日配信！



■「あいまるさっぽろへGO！」  
昨年11月に新しくなった札幌市動物愛護管理センター  
通称「あいまるさっぽろ」にお伺いして、施設の事を  
いろいろ教えて頂きました！  
ゲスト：相馬司さん(あいまるさっぽろ 獣医師)

桑園地域の昔の写真を集めてます。  
ご提供いただける方は桑園SDGs環境ひろばまで

## そうえん伝言板

### 町内会へぜひご加入ください



「地域のために  
何かしたい」  
そんな方は  
まずは町内会へ

町内会はゴミステーションの管理、地域行事の実施、  
回覧板の配布など、私たちの暮らしの様々な事を担  
う地域の互助活動をしています。  
詳細や加入の連絡は下記へお問い合わせください。

桑園まちづくりセンター ☎621-3405

「そうえん伝言板」は地域でのご依頼事を掲示するスペースです。ボラン  
ティア募集や、地域活動で使用する寄贈のお願いなどを発信するスペース  
として活用します。掲示したい方は下記へご連絡下さい。

桑園SDGs環境ひろば  
TEL(011)618-0530 Mail:refriends@sapporo530.or.jp



# 5月の桑園健康づくり教室・いきいき情報

	日時	場所	内容
<b>すこやか倶楽部</b>	ふれあいセンター 20日(月) 21日(火)	桑園ふれあいセンター 大広間(北7西15)	【問合・申込】 介護予防センター大通公園 ☎: 271-1294
	光明寺会場 28日(火)	光明寺(北15西15)	

## 笑いヨガ

5/18(土)  
9:00~  
(30分程度)

身体を動かして心身ともにリフレッシュ!  
初心者・男性も大歓迎!  
健康維持・免疫向上のため、ご参加ください。



## 季節のヨガ

5/18(土)  
10:00~  
(50分程度)

【場所】くわーる大研修室  
(北4西15 コアレックス北5条通ビル4F)  
【参加費】各200円 【定員】各10名  
【持ち物】飲み物・タオルなど

【申込】※要事前申し込み  
桑園交流ネットワーク  
☎: 618-0530

## 桑園認知症ケア研究会

### 通称『オレンジ桑園』

職場・学校での認知症のお話しなど無料でお引き受けします。ご家族のご相談等にもお答えします。  
※ご連絡はメールにてお願いします。

ホームページ: <https://orengesohen.com/>  
メール: sh31913@gmail.com (橋本)



桑園のまちが認知症を持った方がたが住みやすいまちになるように地域での啓発活動を行っていきます。

### 認知症ケア相談会

困っている事  
なんでも聞きに来てください。

DCM 桑園店 第2日曜日

イオン 札幌桑園店 第4土曜日

4/14、5/12、6/9

4/27、5/25、6/23

担当:市立病院前 老年内科  
メモリークリニック 中野院長

担当:桑園病院 松原院長  
溪仁会リハビリテーション病院 橋本院長

世話人代表:橋本茂樹(札幌溪仁会リハビリテーション病院)

訪問鍼灸  
マッサージ  
はじめませんか?  
国家資格者のみ

健康保険  
が使えます

いくつになっても  
自力で歩きたい  
あなたに

ツボ押し&体操でお家ケアも応援!  
予約制 (定員6名)

【無料】腰痛ケア教室  
日時:5月23日木曜日11時(45分程度)  
場所:コアレックスビル北5条ビル  
4階 くわーるホール

はりきゅう・マッサージNoll(ノル)  
ご予約・ご相談は  
☎011-633-0811

市立病院前  
老年内科メモリークリニック

もの忘れについてご相談下さい!!  
一般の方の内科診察も行っています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00		●	●	●	●	●		
14:00~18:00		●	●	●	●	●		

院長 中野 正剛  
札幌市中央区北11条西14丁目1-1 ほくやく桑園ビル2階  
TEL: 011-788-8005 FAX: 011-788-8065

首・肩・腰のコリ  
スッキリ解消

初回限定  
全身整体  
60分 ¥2980

ご予約  
お問い合わせはこちら↓

整骨院 One  
札幌市中央区北12条西15丁目2-40  
TEL 011-594-8632

LINE

コインランドリー料金  
で洗濯を代行します!

羽毛布団シングル2000円~ 上靴2足400円  
ダウンジャケット5枚1500円~【撥水加工+500円】  
カーテン、ラグマットも洗えます。  
気になるシミなど、まずはご相談ください。

集配あります(桑園地区)料金700円/片道【2,500円以上の場合に限る】  
※育児中、介護中、お身体の不自由な方、65歳以上の方は400円/片道。

コインランドリーと洗濯代行のお店  
札幌市中央区北6条西19丁目23番8  
コインランドリ営業時間  
6:00~24:00 年中無休  
アラワサッタ・クリーニング  
9:00~18:00 木祝定休

Jabba Ring  
☎ 0120-994-461

# 5月の地域交流（サロン・ボランティア）情報

Ecoマイカップ	日程	場所	内容		
<p><b>NEW OPEN!</b> <b>気まぐれカフェ</b></p> 	<p>毎週 火～金曜日 11:30～15:00</p> <p>※年末年始・祝日は除く 気まぐれなので突然お休みする事があります</p>	<p><b>Ecoカフェマイカップ</b></p> <p>(北4西15) コアレックス 北5条通ビル2F</p>	<p>2FのEcoカフェで「気まぐれカフェ」オープン中！軽食や飲み物、アルコール類などを提供します。ぜひ地域の交流場所としてご活用ください。(貸し切り・予約などのご相談も承ります。)</p> <p><b>メニュー</b>（一例です。値段は変更する事があります）</p> <table border="0"> <tr> <td data-bbox="885 367 1128 539"> <p>&lt;飲み物&gt;</p> <p>珈琲 紅茶 コーラ 瓶ビール レモンサワー</p> </td> <td data-bbox="1128 367 1388 539"> <p>&lt;食べ物&gt;</p> <p>定食(水曜日のみ) カレーライス(水曜以外) 麺類(水曜以外) おやつ(今川焼・肉まん) おつまみ(枝豆・ポテト)</p> </td> </tr> </table> 	<p>&lt;飲み物&gt;</p> <p>珈琲 紅茶 コーラ 瓶ビール レモンサワー</p>	<p>&lt;食べ物&gt;</p> <p>定食(水曜日のみ) カレーライス(水曜以外) 麺類(水曜以外) おやつ(今川焼・肉まん) おつまみ(枝豆・ポテト)</p>
<p>&lt;飲み物&gt;</p> <p>珈琲 紅茶 コーラ 瓶ビール レモンサワー</p>	<p>&lt;食べ物&gt;</p> <p>定食(水曜日のみ) カレーライス(水曜以外) 麺類(水曜以外) おやつ(今川焼・肉まん) おつまみ(枝豆・ポテト)</p>				
<p>ボランティアサークル <b>マイカップ</b></p>	<p>【毎週木曜日】 2日・9日・16日・23日・30日 13:30～15:00</p> <p>【毎週月～土】 11:00～17:00 ※年末年始・祝日は除く</p>	<p><b>桑園SDGs環境ひろば</b></p> <p>(北4西15) 北5条通ビル5F ☎618-0530</p>	<p>●ボランティア活動 古布から小物を作り、販売収益を地域活動・福祉活動に寄付しています。モノ作りに関心のある方、お待ちしております！</p> <p>●着物ミニバザー 毎週開催中！100円からリユースされた着物・和装小物を販売しています。</p> 		
<p><b>地域交流サロン</b> 【申込】桑園交流ネットワーク(事務局：寺坂) ☎080-1973-1349 oterasaka@yahoo.co.jp</p>	<p>5月27日(月) 18:30～19:30</p> <p>【参加費200円】</p>	<p><b>Ecoカフェマイカップ</b></p> <p>(北4西15) コアレックス 北5条通ビル2F</p>	<p>●ご近所交流会 参加者同士でお互いの近況を話したり、アイデアを出し合ったりなど交流を楽しむ会です。ぜひお気軽にご参加ください。 【要申込】2日前までに左記事務局までお申込みください。</p>		

## \* 暮らし情報：貸室のご案内 \*

会議やサークル活動にぜひご利用ください  
(定員：20～60名、各種貸出備品あり)

### 使用料金

**1時間：600円～3,700円**  
部屋や使用用途により料金は異なります

### 利用時間

月～土 9:00～17:00  
休日や時間外の利用はご相談ください

### お問い合わせ

桑園SDGs環境ひろば(北4西15)  
☎(011)618-0530

### 2Fサロン(テーブル貸可)



### ホール・会議室・くわーる



桑園にたくさんの新聞と安心を届けたい

## さあ、配達の日ですよ



- #配達スタッフ大募集！
- #配達スタッフが足りません！
- #履歴書不要
- #左のQRからご応募ください
- #朝刊配達して1,800円以上/日
- #詳しくは面接で
- #早起きで健康的な毎日を！

遊佐新聞販売株式会社

## 歌で脳トレ

歌の上手い下手は関係ありません。  
口腔機能の低下予防  
楽しく歌ってストレス発散！

## 歌でボイトレ

- ◆第二・第四水曜日 10時～12時
- ◆入会金なし
- ◆いつきてもOK・見学無料
- ◆場所：北4西15  
コアレックスホール

Zoomによるオンライン  
マンツーマン安心レッスン開始

詳しくはホームページまたは  
☎090-4871-0005 川口



## 懐かしの歌サークル

行政書士は気軽に相談できる法律家

## 家庭の法律手続き

# 相続無料相談

遺言書・遺産分割・夫婦関係・内容証明  
豊富なノウハウでやさしく相談！

<https://assistsapporo.com>

相談予約 011-211-0139

自宅相談  
出張無料

〒060-0004 札幌市中央区北4条西12丁目1-38 412ビル603号  
行政書士アシスト札幌共同事務所



# 5月の桑園地区子育て情報

	開催日	時間	場所	イベント・その他情報
8☆8プラザ ☎：611-3629 (八島)	9日 (木)	10:00 ～ 11:30	徳生寺 (北8西19)	開設17年目を迎えました。畳敷きのホールで、のびのびとお過ごしください。またボランティアさんや他のお母さんとの情報交換の場として利用してください。
桑園地区子育てサロン すくすく ☎：621-3405 (桑園まちづくりセンター)	27日 (月)	10:30 ～ 12:00	桑園ふれあいセンター 大広間 (北7西15)	親子でのびのびと楽しく、ホッとできる子育てサロンです。どうぞ遊びに来てください。 <主催：桑園地区子育てサロンすくすく>
わく☆わくテラス ☎：614-8733 (矢後)	24日 (金)	10:30 ～ 12:00	美容室 ノーマ・ジーン (北7西17 加藤ビル2F)	*私たちのサロンは会場のスペースが小さく、月齢の低いお子さん向けです。 *ママさんデビューの場としてもお気軽にどうぞ。
子育てサロン ☎：641-7008 (桑園児童会館)	毎週 (火)(水) (木)	9:00～ 12:00	桑園児童会館 (北7西15)	●「体育室で元気よくあそぼう！」 ※月によっては講座を行っていますので、詳しくは児童会館へお問い合わせ下さい。
ほっとたいむ ☎：011-887-8891 (生活クラブ生活協同組合)	3日(金) 17日(金)	10:00 ～ 12:30	ふきのとう文庫 (北6西12)	●絵本の中でゆっくり過ごせます♪ ※参加費：200円(損害保険料) 飲食はできません。 <問合せ：生活クラブ生活協同組合(三木)>

あそびは自由だ！  
**あそびば桑園**



子どもが自由に遊べる環境づくりとして、あそびば(プレーパーク)を月1回程度開催しています。どなたでも気楽にお越しください。  
**桑園あそびばプロジェクト ☎：080-1973-1349**

5月のあそびば桑園

5/18(土)10:00～16:00 桑園公園(北7西18)

**NEW** あそびば茶話会 こどもや遊びのいろんな話をしよう

日時：5/20(月)10:00～11:30  
場所：Ecoカフェマイカップ(北4西15)

予約や参加費は不要です

**かがやきで充実した放課後を**

かがやきは、子どもたちを中心に、指導員と保護者が協力して支えあい、成長しあう「子育て共育ち」を大切にしています。

**かがやきを見に来ませんか？**

随時見学可能です。いつでも歓迎します。お気軽にお問合せください。

ホームページに「保護者の声」を掲載しています。ご覧ください。

お手伝いいただいているボランティアさんから見た「かがやきの様子」も紹介しています。

**共同学童保育所かがやき** 中央区北6条西19丁目22-15 TEL&FAX 011-631-4843 保育料など、詳しくはHPでご確認ください→



**子どもカラテはじめよう!!** 無料体験 見学大歓迎

**桑園教室 オープン!**

記念特典 年長クラスのお子様 **月謝無料** 5～6歳 ※小学校入学まで

稽古日 **土曜日** (15時～16時) 会場 **桑園地域交流センター** コアレックス北5条通ビル3階B会議室(北4西15)

特定非営利活動法人 **極真会館 北海道本部 札幌道場**

お問い合わせ・お申込み **090-7641-9154** (赤石)

**双葉DINING**



最新情報は【Instagram】でお知らせしています

■ Open 17:00  
■ Close 23:00(L.O. 22:30)  
■ 080-5862-1152 ◀ご予約はこちらから  
■ 札幌市中央区北4条西13丁目1-27 ナムズビル2F



桑園かわら版は桑園連合町内会の回覧版で閲覧できる他、桑園まちづくりセンター、JR桑園駅、イオン桑園店、北海道知事公館、札幌市溪仁会リハビリテーション病院、札幌市立病院前老年内科メモリークリニック、ジャバリン等で配架しています。