

編集・企画・取材

編集倶楽部310

TEL 613-7121 FAX 613-5124

紙面広告掲載募集中!!
街の話題お寄せ下さい

まちコミュ310

Doshin Sato

北海道新聞佐藤販売所

063-0845 札幌市西区八軒5条西1丁目1-4

TEL0120-615-701 FAX0120-015-804

ホームページ <http://www.doshin-sato.jp/>

月1回 第4週水曜日 5,000部発行

「春のはあとフェスタ 2015」でにぎわう
地域の家族連れが続々と
「春のはあとフェスタ 2015」が先月29日に
民が来場してにぎわいま
はちけん地区センターで
した。



リンパケアを学ぶ参加者

凝った筋肉を柔らかく

リンパケアで肩こりを改善する講座開く

「リンパケアですつきり肩こり改善講座」が今月9日、はちけん地区センターで行われ、地域に住む12人の女性が参加しました。

当日は、アゴの関節運動を利用して、口腔から身体全体を緩め、リンパの流れやすくして循環障害を改善するさとう式リンパケアを学びました。

講師の森田素さんは最初「体重の10%近くもある頭を支える前頸筋の緊張で、前かがみになることが肩こりの原因」と説明。「凝っている筋肉は、絞ったおしほりのようになもの。体液をスムーズに流すためには、優しく柔らかくほぐすことが大切」と強調し、いろいろな体操を指導しました。

参加者は説明を聞きながら体を動かし、健康法を学んでいました。

皆で歩いて春満喫



2列になって出発です



準備体操は念入りに
どの試合も熱戦に

「エコーコ」やまへ工で体操ほくしました。

その後、2列に並んで会館を出発。元気に歩いて目的地の農試公園を目指しました。

公園到着後には、桜を満喫。福祉のまち推進センターの女性陣が手作りのしたお弁当が配られると、参加者は仲良くお腹を満たしていました。

設計・施工・メンテナンス
株式会社 さくらハウジング
リフォームセンター
TEL 0800(800)4908
〒063-0842 札幌市西区八軒2条西1丁目3-16

■建築一式工事 ■水廻り工事 ■内装工事
■融雪工事 ■屋根工事 ■電気工事
■外壁工事 ■窓工事 ■塗装工事
■エクステリア工事

フリマやゲームが人気



読み聞かせも人気でした

「春のはあとフェスタ 2015」が先月29日に民が来場してにぎわいまはちけん地区センターでした。

当日はゴールデンウィーク初日とあり、多くの家族連れが早くから遊んでいました。

アトリウムで行われたパフォーマンスステージでは、八軒小おはなしの会「ひまわり」や、同センターで活動する「おはなしくるーぶハッチ」が読み聞かせや紙芝居などを行っていました。



野ファイターズが2対1で発寒第一ハンターズに勝利し、優勝旗を手にしました。

惜しくも決勝に進出を逃した西野ファイターズですが、3位入賞で太陽旗争奪大会の出場権を手に入れています。

「春のはあとフェスタ 2015」でにぎわう
地域の家族連れが続々と
「春のはあとフェスタ 2015」が先月29日に
民が来場してにぎわいま
はちけん地区センターで
した。

詰め掛けました。
ホールでは、フリーマーケットを開催。来場者は子ども服や婦人服、食器、日用品などが並んだブースを見て回り、掘り出し物を探していました。また、一角には射的や型抜きなどのゲームコーナーが用意され、子どもたちが夢中になって遊んでいました。

全道選手権西区予選と太陽旗争奪西区予選を兼ねる「第38回西区少年野球春季大会」が先月26日から行われました。

今月10日には農試公園B野球場で、準決勝2試合と決勝戦が行われました。

野ファイターズが2対1で発寒第一ハンターズに勝利し、優勝旗を手にしました。

惜しくも決勝に進出を逃した西野ファイターズですが、3位入賞で太陽旗争奪大会の出場権を手に入れています。

パンダーズは3位

春季大会は西野ファイターズが優勝

サロンドルーチェ

アロマスクール併設のサロンです。アロマの香るサロンの中で、ゆったりと身体と心にご褒美はいかがですか？



西区八軒6条西1丁目1-20
八軒メディカル中田ビル3F
TEL 070-5283-5624
⑩10~21時(最終受付20時)
完全予約制。Pあり

リラックスアロマボディ
◆30分 2,500円
◆60分 4,800円
アロマフェイシャル
◆40分 3,000円
ボカボカ温活コース
(よもぎ蒸し40分+ラジカセ50分)
◆90分 5,980円
よもぎ蒸し
◆40分 1,500円
※お試し価格(新規さま)

佐藤貴美枝ニットソーイングクラブ (60分で縫える)
HC 琴似生徒募集
TEL 622-7067 携帯 090-5980-8580
〒063-0861 札幌市西区八軒2条東1丁目5-1
・入会金 6,480円 (午前 10:00~12:00)
・月謝 6,480円 (午後 1:30~3:30)
夜間授業・応相談 定休日:日、月、祝日

設計・施工・メンテナンス
株式会社 さくらハウジング
リフォームセンター
TEL 0800(800)4908
〒063-0842 札幌市西区八軒2条西1丁目3-16

■建築一式工事 ■水廻り工事 ■内装工事
■融雪工事 ■屋根工事 ■電気工事
■外壁工事 ■窓工事 ■塗装工事
■エクステリア工事

寿司・天ぷら・宴会料理
ふじ寿司
お祝い・法事料理も承ります
ランチタイム 11:00~14:00
会合、女子会など小上がりもご利用下さい
札幌市西区八軒5条西2丁目4-16 (下手稲通沿い)
TEL 0120-272-234

相続による登記等の手続きはお済みでしょうか？
お早めに手続をされる事をお勧め致します。
経過により、相続人の増加など複雑になる事があります。まずは、お電話下さい。

相談無料 中川輝之司法書士事務所
八軒4条東1丁目230 クリーンリバー号103号室
TEL 011-622-5017

製の目標球

農試公園で和やかに

掘り出し物あったかな コンカリーニョで「大生活骨董市」

毎回人気のイベントです



期間中会場には、札幌市内の骨董品店14店が出

市内23チームが ダブルスで競う 「札幌商工会議所会頭杯 ペタンク大会」を初開催

札幌ペタンク協会主催の「札幌商工会議所会頭杯ペタンク大会」が今月10日、農試公園屋外コートで開かれまし



西区で活動する北林正行さんは「この競技は道東や道北が盛んで、札幌は押され気味。こうした大会で競技人口が増え

「第9回大生活骨董市」が先月10日から12日まで、生活支援型文化施設コンカリーニョで開催されました。期間中会場には、札幌市内の骨董品店14店が出

法律

アドバイス

遺言に記載できる内容

遺贈について③

前回は遺贈について、受遺者（遺贈を受ける者）は遺言の効力が発生する時に、生きていなければならないことと述べてきました。しかし民法には、母の胎内にいる胎児については例外とも言える規定があります。それは「胎児は、遺贈については、すでに生まれ

中川輝之
司法書士事務所
電話 622-5017



認知症や遺言を学ぶ 特養老人ホーム三陽で「家族介護教室」

昨年7月にオープンした特別養護老人ホーム三陽（八軒5条西8）で先月21日、家族介護教室が開かれまし

3回目となる当日は「認知症になったその時のために、遺言や成年後見について考えてみよう」をテーマに、約50人の地域住民が参加しました。

「西区バドミントン春季大会」で熱戦
「西区バドミントン春季大会」が先月5日に西区体育館で開かれまし



「みんな主役 DANCE FESTIVAL」が3月28日に西区体育館競技室で行われまし

ステージでは、どのチームも軽快な音楽に合わせて、練習を重ねたダンスを披露。西区体育館で活動しているキッズチームが「もったいないとらんど」の曲に合わせてかわいダンスを披露すると、応援席からは大きな拍手が送られまし



息もピッタリ

道新スポーツ

北海道日本ハムファイターズ・コンサドーレ札幌情報満載!!
月々購読料 3,040円

ご購読のお申込みは最寄の道新販売所まで

週刊釣り新聞

毎週木曜日発売
ほっかいどう 定価280円(税込)

道新販売所および主なコンビニ、キヨスク、釣具店にて販売

道新販売所のスタッフが見守ります!

道新あんしんサポート

ポストに新聞がたまっている状態を、お客様の緊急連絡先にご連絡するサービスです。

見守りスタート

〇〇さん
今日も新聞がない!

あれ!?

〇〇さん
旅行かな...?

ええっ!?

お母様の新聞が
たまっている
ようですが...

何かあったのかしら?

ちよっと遅れた
たまって
置っていたの...

大事に
いらなくて
良かったわ!!