

暮らしをサポート
桑園地区の暮らし情報紙

桑園 かわら版

2024年2月 Vol.58号

《発行》桑園交流ネットワーク

《編集》桑園SDGs環境ひろば

札幌市中央区北4条西15丁目1-53

コアレックス北5条通ビル5F

☎011-618-0530

*桑園フォトコンテスト2022
応募作品
「SOEN WEST PLAZA」



冬の
手仕事

着物リユースはいかがでしょう？

桑園SDGs環境ひろばでは、着物リユースを毎日行っています。
着物はほどくと生地になり、いろいろな手作りの素材にピッタリ！
ぜひ冬の間の手仕事にいかがでしょうか。

ずらりと並んだ着物の中に、お気に入りの素材が見つかるかも！
一度気軽にお越しください。

着物リユースコーナー 月～土 11:00～17:00

〔年末年始・
祝祭日を除く〕

リユースされた着物や和装小物を取り扱っています。

◇1点ごとに決められた額以上の寄付をお願いしています。

◇頂いた寄付金は地域で活動する団体に寄付させていただいています。



エスディー・ジーズ

桑園SDGs環境ひろば

札幌市中央区北4条西15丁目1-53
コアレックス北5条通ビル5階

☎(011)
618-0530



2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)	8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)	26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：桑園地区福祉のまち推進センター＞
わく☆わくテラス ☎：614-8733 (矢後)	16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 ☎：887-8891 (生活クラブ生活協同組合)	2日(金) 16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：生活クラブ生協＞

あそびは自由だ!
あそびば桑園
2/18(日) 10:00~16:00
桑園公園(北7西18)



予約・参加費は不要

桑園あそびばサミット
2/23(金祝) 10:00~11:30
大通高校 DORISスペース(北2西11)
【申込】メール: oterasaka@yahoo.co.jp 又は 下記TEL

桑園の遊び環境をみんなで考えるフォーラムです
～内容～
■事例紹介
■高校生との対話

UHBで紹介していただきました!

桑園あそびばプロジェクト ☎：080-1973-1349 ※2月の「桑園ご近所あそび」は詳細決まり次第当会HPにて連絡します

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「共育て共育ち」を大切にしています。

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→

*** 桑園かわら版に広告を載せてみませんか? ***

桑園かわら版では、現在地域活動をされている方の広告を募集しております。詳細については下記連絡先にお問い合わせください。

【地域活動枠】
1枠:500円/月
サイズ:縦5×横10cm

【問合せ】桑園交流ネットワーク ☎ 618-0530

桑園かわら版は毎月1,000部発行しており、桑園地区連合町内会の回覧板の他、イオン桑園店・桑園まちづくりセンター・北海道知事公館・桑園SDGs環境ひろば等に配架されています。

桑園にたくさんの新聞と安心を届けたい
さあ、配達の間ですよ。

#朝刊配達して1,800円以上/日 #詳しくは面接で #桑園で働こう
#早起きして健康的な毎日を #1日8000歩がんばろう #痩せるかも
#下のQRコードからご応募ください #履歴書不要 #まずはご応募

遊佐新聞販売株式会社
遊佐新聞店

コインランドリー料金で洗濯を代行します!

お客様の洗濯物をスタッフが洗濯するので**失敗せずにコインランドリー価格**で洗濯乾燥します。
コインランドリーアワードで日本一になり、**ガイアの夜明け、がっちりマンデー**でも紹介された話題のお店です。

羽毛布団シングル2000円～ ダウンジャケット5枚1500円～
カーテン、ラグマットも洗えます。

集配あります(桑園地区) 洗濯乾燥代2,500円以上の場合に限る
料金 700円/片道
※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 受付・集配送9:00~18:00(木祝定休)
Jabba Ring 札幌市中央区北6条西19丁目23番8
☎ 0120-994-461



2月の桑園健康づくり教室・いきいき情報

	日時	場所	内容
すこやか倶楽部	ふれあいセンター 19日(月) 20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 27日(火)	光明寺(北15西15)	
笑いヨガ	2/17(土)9時~ (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。	【申込】※要事前申し込み 桑園交流ネットワーク ☎: 618-0530
季節のヨガ	2/17(土)10時~ (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	

* 暮らし情報:貸室のご案内 * 【問合】桑園SDGs環境ひろば(北4西15) ☎ 618-0530

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 9:00~17:00
休日や時間外の利用はご相談ください



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!

**歌で脳トレ
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

桑園認知症ケア研究会

通称『オレンジ桑園』

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。

桑園DCM 2階

1/14(日)

2/11(日)、3/10(日)

各日15時~17時

担当:桑園病院・松原院長

桑園イオン 2階

1/27(土)

2/24(土)、3/23(土)

各日15時~17時

担当:市立病院前 老年内科
メモリークリニック 中野院長

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)



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)

雪かき
雪道

冷えて硬い体に!

鍼灸&カッピング

選べる!マッサージコース
【マッサージ+鍼灸・カッピング込】

30分 4000円 50分 6000円

はりきゅう・マッサージNoll(ノル)
札幌市中央区北4条西15丁目1-14 コアレックスビル1階
Tel 011-633-0811

ホームページはこちら!

行政書士は廉価で頼れる街の法律家

準備は生前に
相続対策相談

遺言書作成・遺産分割協議・生前贈与
豊富なノウハウでやさしく相談!

出張相談
無料

<https://assistsapporo.com>
相談予約 011-211-0139

〒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

HP
予約

2月の地域交流（サロン・ボランティア）情報



ボランティアサークル マイカップ

日程	場所	内容
【毎週木曜日】 1日・8日・15日 22日・29日 13:30～15:00	桑園SDGs 環境ひろば （北4西15） 北5条通ビル5F ☎618-0530	●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！
【毎週月～土】 11:00～17:00 ※年末年始・祝日は除く		●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。
地域交流サロン 【申込】桑園交流ネットワーク（事務局：寺坂） ☎080-1973-1349 oterasaka@yahoo.co.jp	Ecoカフェ マイカップ （北4西15） コアレックス 北5条通ビル2F	●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。



はい、びすけっとです

私たちが 1996年設立の有償ボランティア団体
 ひろばるくはる
NPO法人 札幌微助人倶楽部です
 おたがいに微(せきやか)に助け合うサービスの提供を通じ
 あたかな、ふれあいの社会の実現をめざして活動しています。

送迎サービス
 お電話ください
 困ったときは

通院介助

家事援助

働き事 除雪など

パソコンサポート 他にもご相談を!

お問い合わせ & 入会申し込み
NPO法人 札幌微助人倶楽部
 〒060-0002 札幌市中央区北2条西13丁目1-10
 札幌第一会社ビル3F(美所の隣は幸和にお電話ください)
 ☎ **011-252-9020**
 FAX 011-252-9020
 Eメール sapporobiscuit@rice.ocn.ne.jp
 〒060-0002 札幌市中央区北2条西13丁目1-10
 【受付時間】平日10:00～16:00
 ※土・日・祝日、12月29日～1月3日は休み
 ホームページ <https://www.sapporo-biscuit.or.jp/>

桑園チャンネル 視聴QR

第36回：1月25日配信!



■「今さら学ぼう 除雪の仕組み」
 除雪を2回に分けて特集する1回目。桑園地区の除雪を担当されている業者さんから、除雪の仕組みについて教えていただきました。
ゲスト：笠井秀隆 センター長
 (北海道ロードメンテナンス株式会社)

昔の桑園の
 写真募集中!

市立病院前 老年内科メモリークリニック

老年内科・老年精神科・内科

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。
 土曜日午後も診療しています。

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

初回体験 **60分 2,980円 (税込)**

体のお悩みスッキリ解消 **整体**

011-594-8632 ※お子様連れ歓迎
 ご予約はLINEまたはお電話にて

桑園駅西口より徒歩3分石井スポーツさんの斜め向かい
 札幌市中央区北12条西15丁目2-40

整骨院 **One** ワン