

桑園かわら版



*桑園フォトコンテスト2023 環境り・ふれんず賞 「さっぽろ新幹線工事着々と!!」

桑園チャンネル 視聴QR
 第49回：2月25日配信！



桑園チャンネル 第49回



■「所長が訊く！中央区役所新庁舎」
 新しくなった中央区役所の庁舎を、桑園まちづくりセンターの高田所長と一緒にどこが新しくなったのかを訪ねに行ってきました。
 ゲスト：中央区役所総務企画課 大久保賢児さん

伝言板

そうえん伝言板

桑園

フォトコンテスト

2024

結果発表！

今年もたくさんのご応募いただき、ありがとうございました！桑園のいろんな景色をぜひ写真でお楽しみください。審査員長の桑園在住フォトグラファーク久保さんのコメントもいただいています。

受賞作品は右記の桑園チャンネルの他、桑園かわら版HPにて掲載します。

【HP】

桑園かわら版

「そうえん伝言板」掲載希望は⇒⇒⇒桑園SDGs環境ひろば
 TEL(011)618-0530 Mail:refriends@sapporo530.or.jp



3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	17日(月) 18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	25日(火)	光明寺(北15西15)	
笑いヨガ	3/8(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! 初心者でも心配はいりません。 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	3/8(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		

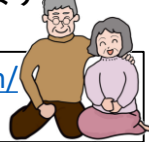


桑園認知症ケア研究会

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 (下記日程で15時~17時)

~困っている事なんでも聞きに来てください~

DCM 桑園店 毎第2日曜日

イオン 札幌桑園店 毎第4土曜日

2/9、3/9、4/13

2/22、3/22、4/26

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:札幌花園病院 松原先生
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)



最近太ってきて楽しく痩せたい方
体力つけたい方
カッコいい身体作りをしたい方

パーソナルトレーニング体験

3,300円→550円

スタジオレッスン体験

1,500円

体験希望の方は
公式LINEからお問合せください



STUDIO BRAVE



ホームページ <https://studio-brave.com/>
札幌市中央区北9条西20丁目1-2
やまたビル2階



TEL: 215-6408

* 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

<貸室の例>



【お知らせ】当ビルの貸室は老朽化により2025年6月までとさせていただきます。



首・肩・腰のコリ 整え・鍛えて スッキリ解消

初回限定

全身整体 60分 **¥3480**

※カウンセリング
検査時間含む



札幌市中央区北12条西15丁目2-40

ICI石井スポーツさん斜め向かい

TEL 011-594-8632



30分 訪問鍼灸 マッサージ

前期・後期高齢者は
健康保険が使える

例)1割負担・交通費込

1回 394~600円

無料体験受付中

☎011-633-0811



はりきゆう
マッサージ

Noll【ノル】

〒060-0004 北海道札幌市中央区北4条
西15丁目1番地14 コアレックスビル1階



3月の地域交流（サロン・ボランティア）情報

 <p>着物 ミニバザー 【主催】ボランティアサークル マイカップ</p>	<p>【毎週月～土】 11:00～ 17:00 ※年末年始・祝日除く</p>	<p>桑園SDGs 環境ひろば (北4西15) 北5条通ビル5F ☎618-0530</p>	<p>毎週開催中！リユース された着物・和装小物 を販売しています。 (100円～)</p> 
<p>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</p>	<p>24日(月) 18:30～19:30 ※1ドリンク注文 お願いします (200円程度)</p>	<p>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</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>

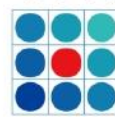
2025年の目標づくり!

「マンダラチャート」体験会

参加
無料

要
申込

マンダラチャートとは?.....



マンダラチャートとは1979
年松村寧雄によって開発され
た9マス思考発想法と目標達
成ツールです。大谷翔平選手
は高校時代にこのフレーム
ワークを活用していました。

日時 3/22(土) 10:00～12:00 (終了予定)

持ち物

筆記用具

場所 Ecoカフェマイカップ内 北4西15
コアレックス北5条通ビル2F

申込

☎215-7211 マンダラチャート桑園
(一般社団法人マンダラチャート協会認定トレーナー 今津)



行政書士ふじい事務所

身近な困りごとのご相談に応じます

相続・遺言

成年後見

在留資格

各種許認可・契約書



電話 090-3111-5545

FAX 011-615-5275

メール cleek1031@amail.plala.or.jp

札幌市中央区北2条西19丁目1-6

行政書士 ふじい事務所

相続・遺言・夫婦関係など家庭のことなら悩まずにまず相談を

全力でサポートいたします 相続手続・遺言書

相談
無料

遺産分割協議書作成・相続人調査・財産調査
法定相続情報一覧図作成・財産分配手続
公正証書遺言作成・離婚養育費協議書作成

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

〒060-0004

ホームページから予約できます

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



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

桑園地区で安心して過ごせる

お手伝いを
いたします♡

デイサービス
ももいろはーと

認知症に特化した
デイサービス

9時～16時10分

送迎
あり

手作り
LAUNCH
あり

住所：中央区北4条西14丁目

☎522-7505

ケアプラン
すりーえいち

ケアマネジャー業務

介護の
相談

訪問
看護

住所：中央区北3条西15丁目

☎676-3825



(株)Nハートネットワーク 代表取締役 西脇利恵

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～ 毛布2枚1400円～

羽毛布団洗濯乾燥保管4200円 上靴2足400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
Jabba Ring
ジャバリン

札幌市中央区北6条西19丁目23番8

コインランドリー営業時間

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

☎0120-994-461



3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)	10日 (月)	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下さい。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)	24日 (月) ※第2月曜	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)	28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) ※3/20～ 4/10を除く	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)	7日(金) 21日(金)	10:00 ～ 12:30	ふきのとう文庫 (北6西12)	●木のおもちゃと絵本の中でゆっくりすごせます♪ ※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)＞
桑園ちびっこ広場 ☎：621-3405 (桑園まちづくりセンター)	26日 (水)	10:30 ～ 11:30	桑園ふれあいセンター 大広間 (北7西15)	地域が主催する「ふれあい」の場です。長期休み中の子育てサロンがお休みの時の遊び場です。子育て中の皆さん、気軽に遊びにきてください。 ＜主催：桑園地区民生委員・児童委員協議会＞

あそびは自由だ！
あそびば桑園
日時:3/15(土)10時～16時
場所:桑園公園(北7西18)



大人も子どもも自由に遊ぼう！
あそびば桑園は子どもが主役の遊び場です。禁止事項をできるだけ減らして子どもの「やってみよう！」を大切にする場を、地域の大人が地域の中に作っていく活動です。
主催)桑園あそびばプロジェクト ☎：080-1973-1349

あそびの昔語り
Youtube
で配信中!



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「共育で共育ち」を大切にしています。



入所児童募集中

※随時見学可能です(年度途中入所も歓迎!)
※春休み短期入所も募集中(詳しくはHP参照)
※事前に電話またはメールにてお申込みください

ホームページに「保護者の声」を掲載しています。地域の子どもの未来を一緒に育てませんか? 正職員・パート募集中! 詳細はホームページをご覧ください。



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→



小学校・中学校受験 幼児さん、小学生募集中

英語教育もやっています!

「英検 3～5級」先着10名 月額5500円



楽しく学び、合格の後も学びが大好きになる子を育てる

小学校・中学校受験専門塾
FUYUNO

無料体験
受付中



中央区北7条西19丁目38-73 (cake&cafe collet 向かい) 011-213-8107

配達スタッフ募集



新聞のこと、各報のこと、お仕事のこと。

遊佐新聞販売株式会社

011-221-2642

遊佐新聞店



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、札幌市湊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、ジャパリン、桑園SDGs環境ひろば等で配架しています。