

ひとりごはんより、



食事会は  
いかが？

南区にある石山振興会館では、毎月第4金曜日に、「いしやまコミュニティサロン 駅」を開催しています。  
0歳から100歳まで、だれでも気軽に集まり、地域住民のみなさんが交流を深める場として、たくさんのボランティアの人たちに支えられ、7年以上続いているサロンです。

お料理自慢のスタッフによる月替わりのおいしい軽食と、健康体操や音楽ライブなど、さまざまなイベントで、笑顔いっぱいの楽しい時間をすごしています。ぜひ、お気軽にご参加ください！



お料理の準備でたいそがしのボランティアスタッフ！会場にはおいしそうなおいが...♪  
3月のイベントはケーナという笛の音楽ライブ。演奏に合わせ、みんなで歌を合奏しました！  
3月は46名の方がいらっしゃいました！みんなでおしゃべりしながら楽しく食事をします。  
食事の後は、健康体操をしました。だれでもできるかんたんな運動で、心も体もスッキリ！

3月のメニューは、山菜の煮付け、いもち、肉団子の中華スープでした！軽食には基本的にごはんなどの主食がつきませんが、会場内のミニ商店でパンやおにぎりなどの販売もあります(不定期)。軽食のメニューやイベント内容は、毎月スタッフの人たちがアイデアを出し合って決めています。次回4月28日(金)も、たくさんの方のご参加をお待ちしております！

**日時** 毎月第4金曜日 11:00~14:00  
**場所** 石山振興会館 南区石山1条3丁目1-30  
じょうてつバス「石山中央」…徒歩1分  
**参加費** 300円(軽食・飲み物代込み)



**お問い合わせ先** 石山まちづくりセンター(担当:府川) **でんわ** 591-8734

平成29年度 障がい者能力開発セミナーのご案内  
対象: 障害者手帳をお持ちの方で仕事をされている方

科目名	実施時期	申し込み受付期間	定員
コミュニケーションスキルアップ基礎	6月上旬~6月下旬(6日間)	4月下旬~5月下旬	10名
オフィスソフト実用	6月下旬~8月上旬(10日間)	5月上旬~6月中旬	10名

※札幌市内にある会場で開催します。受講料は無料、テキスト代が1,500円程度かかります。  
●申し込み時期になりましたらホームページをご覧ください《ホームページ》<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/ssk/>

くわしい日程や、実施場所についてはお問合せください。 **北海道障害者職業能力開発校(担当:小野寺)**  
**でんわ** 0125-52-2774 **ファックス** 0125-52-9177

札幌市保健福祉局障がい保健福祉部障がい福祉課  
〒060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目  
**でんわ** 211-2936 **ファックス** 218-5181



さっぽろ市  
02-F04-16-841  
28-2-579

療育手帳をお持ちの方のための《さっぽろ市情報マガジン》

# ハピサポ!

2017  
4月号  
vol.016

ハピサポとは…「ハビリティ(療育)」を「サポート(支える)」という意味を組合せた言葉です

## そこからつながる 音楽ライブ

第4回

障がいのある方もない方も、子どもから大人までみんなで楽しもう!という音楽ライブイベントです。  
ふだんなかなか行くことのできないライブハウスなどでの音楽を、行きやすい時間に、バリアフリーな会場でおこないます。  
また、このイベントを通して、人と人・音楽など、さまざまなもの(こと)とつながっていくきっかけの場になることがねらいです。  
みなさまのご来場をお待ちしております!



2017年4月29日(土) **《開場》13:30~** **《開演》14:00~** **300名**  
**会場** 札幌市社会福祉総合センター4階 大研修室



**入場料** ※2歳以下は無料です。  
《予約・前売り券》500円  
《当日券》600円

会場内で写真撮影をおこないます。撮影した画像は、映った方に了承なく次回のチラシなどに使用することもありますので、あらかじめご了承ください。

中央区大通西19丁目1-1  
地下鉄東西線「西18丁目駅」1番出口…徒歩3分(約150m)

主催/そこからつながる実行委員会 **メール** sokotunalive@gmail.com  
**けいたいでんわ** 080-6087-6783 (担当:星野) **ファックス** 786-1621 (担当:森元)

『そこからつながる音楽ライブ』ホームページアドレス… <http://sokotunalive.amebaownd.com/>

