

札幌市北白石地区センターは北白石地区及び北東白石地区の地域に密接な団体の方たちで組織された運営委員会が、札幌市から委託され管理運営を行っている施設です。

4年ぶりに開催!

第13回 北白石介護予防支援フェア

～健康寿命をのばしませんか?!～

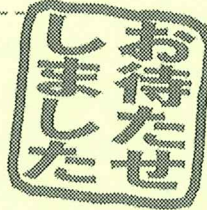
講演会 13時00分～

「もっと理解を深めよう～認知症」

「これって・・・単なる物忘れ?それとも認知症の物忘れだろうか・・・?」

など、よくある認知症についての疑問などを、例を用いたりしながらお話しますので、理解を深めましょう!
また脳トレーニングの体験も行います。

講師 白石区第2地域包括支援センター
白石区介護予防センター菊の里/川下



13時30分頃から

各種コーナー紹介

口腔ケア相談	介護予防相談	骨密度測定	体成分分析	血管年齢測定 ストレス度測定	脳年齢測定
血圧測定 健康チェックコーナー	フットケア教室 足のトラブル相談	介護食・飲料の紹介	配食介当について 展示・食事相談会	足指力測定器 チェッカー君	体力測定・脳トレーニング



★日時：7月6日(木)13時00分～(2時間30分程度)

★会場：北白石地区センター ホール

★持物：動きやすい服装・上履きをお持ちの方はご持参ください。

※北白石・北東白石地区居住の方を対象としたイベントです。

＜お申込・その他＞

6月10日(土)～7月5日(水) 9時00分～21時00分

上記の期間に北白石地区センター窓口または電話、FAXにて受付けております。

各種コーナーの状況によっては人数制限を設ける場合があります、受付時に参加希望コーナー等お聞きする場合があります。

北白石地区センター(白石区北郷3条7丁目9番20号) Tel 874-8232 Fax 874-8241

運営委員の紹介

役職名	氏名	所属団体
顧問	古屋 博 二	元北東白石連合町内会
	明日見 敬 一	前北白石地区センター運営委員会
相談役	村田 忠 一	北白石連合町内会
	豊間根 一 雄	北東白石連合町内会
会長	田 畑 隆 二	北郷親栄第一町内会
副会長	繁 泉 将 晴	東川下町内会
	工 藤 隆 司	北白石地区民生委員児童委員協議会
総務部長	山 崎 浩 一	北都町内会
総務部副部長	東 正 則	北郷東町内会
	前 田 恵 子	北白石地区青少年育成委員会
事業部長	倉 田 俊 勝	北東白石体育振興会
事業部副部長	大 野 力 子	川北町内会
	田 畑 勝	北郷親栄第三町内会
	谷 口 忠 義	北白石体育振興会連絡協議会
	松 田 敦	北郷北部町内会
	山 内 妙	北白石体育振興会連絡協議会
	佐 藤 千 鶴 子	北白石福祉のまち推進センター運営委員会
水 口 京 子	北東白石地区民生委員児童委員協議会	
会計部長	稲 葉 め ぐ み	川下団地自治会
会計部副部長	篠 原 董	北都町内会
広報部長	高 橋 正 吉	北郷瑞穂町内会
広報部副部長	小 坂 恭 一	北郷東町内会
	加 藤 智 恵	北白石地区青少年育成委員会
図書部長	岩 栄 一	川北町内会
図書部副部長	室 谷 章	東川下団地自治会
監事	堀 部 優	北郷瑞穂町内会
	小 川 敏 幸	東川下町内会

主催：北白石地区センター運営委員会
共催：白石区第2地域包括支援センター・白石区介護予防センター菊の里/川下
協力：札幌歯科医師会白石支部・白石区保健福祉部保健福祉課・北白石体育振興会連絡協議会
株式会社アルファ美輝・仕出し弁当かまら〜ど・森永乳業北海道株式会社
日本調剤株式会社・白石区社会福祉協議会

裏面に「講座の受講生募集案内」と「図書室からのお知らせ」がございますのでご覧ください。

北白石地区センターホームページ
<https://kitashiroishi-dc.org/>



「 Word 初級講座 」

- 初心者や学び直したい方にぴったりの講座です!
- Word の基礎、「ホームタブ」にあるよく使う操作やどんなことができるのか?気になるツールボタンの内容をご紹介します。
- 毎回 10 分程度の入力時間をとります。
- 準備データ、練習用テキストデータを使うので入力スピードに自信のない方も安心して受講できます。レベルに合わせて練習問題を用意します。ゆっくりでもマウス操作ができれば受講 OK!

講座内容(受講者のレベルと進み具合によって内容の配分が変わることがあります)		
1	入力の基本	・文字入力 ・文字の変更 ・範囲選択 ・書体/サイズ/文字飾り/色
2	フォントの変更	・文字の効果と体裁 立体的な文字やデザインの変更
3		・文字種の変更 ・文字にフリガナをふる ・自分の名前の印鑑を作ってみる
4	配置と段落の変更	・文字の輪郭の色変更 文字の輪郭の太さや種類変更
5		・配置 ・均等割り付け ・行間の変更
6	入力後の操作	・行頭文字 ・インデントとルーラー ・文字検索 ・入力した文字の入れ替え ・文字のコピーと移動

開講日: 7月10,12,19,24,26日、8月26日

7月17,31日を除く月・水曜日 全6回

時間: 19:00~21:00(2時間)

費用: 4,900円(受講料:3,800円、教材費:1,100円)

定員: 12名

持ち物: 筆記用具、ご自身のパソコン

講師: パソコン倶楽部 Ricco 専任講師

- 募集申込受付日時
6月12日(月)~6月28日(水) 9時00分~21時00分
- 申込方法
上記の申込受付日時に受講料・教材費と一緒に窓口で受付(定員になり次第締切ります)
- 募集対象
15歳以上の方(中・高校生を除く)でマウス操作と文字入力ができる方
- 注意事項
(1) 応募者が少ない場合、中止になることがあります。あらかじめご了承ください。
(2) 納入された受講料・教材費はお返しできません。
(3) 講座が中止の場合、納入された受講料・教材費はご返却いたします。

ご自身のパソコンを使用する講座です。

Windows 搭載のパソコンで、使用ソフトは Microsoft Word の 2007~2021 もしくは Microsoft 365 Microsoft 以外の互換 Office ソフトには対応できません。

図書室からのおしらせ

6/17(土)~6/23(金)

蔵書一斉点検のため休室します

この期間は図書室のすべての本を点検し、紛失した本がないかなどの調査や、壊れた本の修理、書架整理、清掃などをおこないます。年に一度の大切な点検となりますので、みなさまのご理解をお願いいたします。

●ご返却はブックポストへお願いします。ただし、開いている他の図書施設で本を借りたい場合は、ブックポストへは入れずに、借りる館で返却してください。

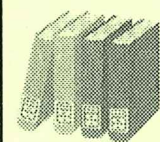
●CD・DVD等の視聴覚資料は破損のおそれがあるため、絶対にブックポストへは入れないでください。開いている図書施設のカウンターまでお返しください。

●団体貸出の資料、相互貸借資料は、貸出館が開いてからカウンターへご返却ください。

6/3(土)~6/16(金)の間に借りると、いつもより長く借りられます!

6月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



7月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ご協力ありがとうございます



冬季期間は本の水濡れ対策のご協力ありがとうございました。雨が降るこの時期にも、水濡れ対策のご協力をお願いいたします。

また、返却された本の中に、

香水やタバコのおいが移ってしまっている本があります。

お部屋のタバコのおいが移ってしまったり、

本にはおいが移りやすいです……

におい移りにご注意ください。



利用案内

開室時間……9:00~17:00

休室日……毎週月曜日・祝日・図書整理日(第4金曜日)・年末年始(12/29~1/3)

蔵書一斉点検期間(今年度は6/17(土)~6/23(金))

ブックポストの利用時間 ……地区センターの開いている時間は(図書室が開いている時でも)、いつでも

ブックポストへの返却が可能です。(8:00~21:00まで)

※図書室で本を借りる予定の方はカウンターで返却いただくと

貸出しがスムーズにできます※

おはなしかい



場所: 図書室前スペース

時間: 10:30~(30分くらい)

6月は10日・24日

7月は8日・22日

『ひだまり』さんによる、絵本やかみしばいの読み聞かせです。飛び入り参加もOK♪

●あかちゃん~小学校低学年くらいのお子さんと保護者の方向け