

ひとり親家庭の
情報誌



Satsuboren

札母連だより

令和2年
3月16日発行



令和元年10月26日(土)～27日(日)
全国母子寡婦福祉研修大会
in 神奈川県川崎市

令和元年9月28日(土)～29日(日)
寡婦一泊旅行
in 羽幌



南ロータリーの皆さんと



令和元年12月15日(日)
ひとり親家庭クリスマス会
in 社会福祉総合センター

— 137号 —

(公社)札幌市母子寡婦福祉連合会発行
札幌市中央区大通西19丁目
札幌市社会福祉総合センター内
TEL 011-631-3270 FAX 011-643-5904
E-mail: mam@satsuboren.or.jp
URL: <http://www.satsuboren.or.jp/>



藻岩山(札幌市)

札幌連研修会



と き 令和2年 2月16日(日) 10:00~12:30

と ころ 社会福祉総合センター 4F大研修室

参加人数 65名

講 演 「歯の健康×カラダの健康×心の健康」
～歯科医が語る健康法のうわさと真実～
講師：夢デンタルクリニック 大久保 弘道 先生

趣 旨

札幌市において平成26年に策定した「札幌市健康づくり基本計画 健康さっぽろ21(第二次)」(平成26年~平成35年)では「健康寿命の延伸」「健康格差の縮小」「すこやかに産み育てる」の目標を達成する基本要素のひとつとして「歯・口腔の健康」を位置づけ、「札幌市生涯歯科口腔保健推進計画・さっぽろ8020推進プラン」を実施しています。

歯と口腔の健康づくりは、食生活を豊かにすると同時に、健康の維持・増進、病気の予防にもつながるものです。

今年は計画半ばの年でもありますので、あらためて「歯と健康」について学ぶ機会になればと、現役の歯科医の方にご講演いただき、より知識を深め、健康増進につながることを願い、研修大会を開催いたしました。

参加者の感想

●あまり歯医者のお話を聞く機会がないので良かった。身体の事は気を付けているのに歯は痛くならないと行かないので歯も身体と一緒に気にかかけようと思います。

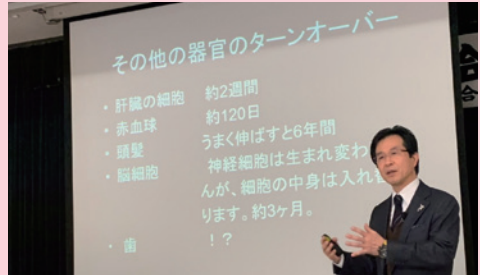
●十分な治療にはお金がかかる事なら、日頃の予防、健康は食や健康が大事だと改めて実感しました。

ご講演より

歯みがきでは虫歯はなりません。

健康な皮ふは約28日、口の中は約3日、骨は3ヶ月以上かかってターンオーバーします。唯一歯だけは永久歯の生えかわり、1度のみなので歯の定期検診はとても大切なのです。「ファイトケミカル」といわれる抗酸化作用をもつ玄米・大豆・にぼし・トマト・緑茶などを取り入れたバランスの良い食事が健康な歯と身体をつくります。虫歯予防には間食の回数を減らしましょう。食後は口の中が酸性になるので、キシリトールガムやフッ素入り歯磨きがおすすです。歯を長く健康に保つためには、早くから歯医者者に相談して納得のいく治療を受けましょう。(広報部員 木村さんより)

☆当日の講演に関する内容をYouTubeの動画にて配信中です。右のQRコードを読み込んで、是非ご覧ください。



令和元年度 全国母子寡婦福祉研修大会 in 神奈川県川崎市

メインテーマ 「つなごう人の輪、守ろう地域の輪」

と き 令和元年 10月26日(土)・27日(日)

と ころ 神奈川県川崎市「カルッツかわさき」



2日目

講演 「乳がんなんてこわくない」

湘南記念病院 乳がんセンター長 土井 卓子 氏

出席者の感想

医師でありながら母親として両立。乳がん検診の大切さ、何より早期発見、そのためにはマンモグラフィ検診を受けましょう!!乳がん早期発見は根治。ホルモン療法、化学療法、分子標的治療薬、手術療法、放射線療法等の乳がん治療があり、5年10年35年と生きれる場合が多いので延命治療は絶対に拒否はしないで下さい!!40歳を過ぎたら住民検診。2年に1回乳がん検診をしましょう!!と講演されていたのが印象的でした。

「日本女性会議2019さの」大会開催中止のご報告

令和元年10月25日から27日に開催を予定しておりましたが、台風19号のため中止になりました。被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

札幌母連新年のつどい

と き 令和2年 1月10日(金) 18:30～

ところ ロイトン札幌

参加人数 116名



第20回 札幌母連 ひとり親家庭クリスマス会

と き 令和元年 12月15日(日) 13:00～15:00

ところ 札幌市社会福祉総合センター 4F 大研修室

参加人数 64名



プレゼント、うれしかった(^_ ^)

手づくりカード、うまくできたよ♡

ゲームもダンスも
楽しかったよ!!



母子部主催 親子アロマせっけん作り

と き 令和元年 11月24日(日) 10:00～12:00

ところ ひとり親家庭支援センター技能習得室

参加人数 14名

癒される香りの精油(エッセンシャルオイル)と保湿効果のあるホホバオイルを混ぜて、親子でオリジナルのせっけんを作りました。



冬休み親子手芸講座 UVレジンキーホルダー作り

と き 令和2年 1月19日(日) 13:00～15:00

ところ ひとり親家庭支援センター 1F技能習得室

初めてのアクセサリ作りで、とても楽しかったです。自分でデザインするのが面白かったです。子供も楽しんでいました。



赤い羽根街頭募金に参加しました

令和元年
10月1日(火)～7日(月)
延20名

札幌市共同募金からのご厚志は、母と子の育成事業に充当させていただきます。



要望書を提出いたしました

令和元年度 札幌市母子寡婦福祉大会(令和元年8月25日)において決議された事項を札幌市への要望書として、去る10月7日(月)、札幌市長に提出いたしました。当日は山根子ども未来局局长ご出席のもと、札幌母連より箭原理事長、櫻井事務局長が持参し、母子家族の母の通院と寡婦の通院・入院医療費助成制度等を要望して参りました。



ご存知ですか?

2020年4月入学の人に、
ビックニュース!!

国の「給付型奨学金」の対象が広がります。

(大学・短大・高専・専門学校)

授業料・入学金もサポートしてもらえますようになります!



支援額はどれくらい?

※家族構成や世帯収入で支援額は異なります。

住民税非課税世帯の学生で私立大学に自宅外から通う場合

- ・給付型奨学金が年額約91万円支給されます。
- ・入学金約26万円、授業料が年額約70万円を上限に減免。

住民税非課税世帯に準ずる世帯の場合

- ・住民税非課税の世帯の学生の2/3又は1/3の金額が支援されます。

新しい支援制度
詳しくは
文科省の
特設サイトへ



さっぽろ まなトピア クリスマス会

学習以外にも、クリスマス会などの行事を
楽しく開催しています。



令和2年度 札幌連 奨学生募集

対 象

札幌市内に居住し、高等学校、高等専門学校に在学中の母子及び父子家庭の生徒で、経済的に就学が困難な生徒

お問い合わせ

札幌連事務局

TEL(011)631-3270 月～金／午前9時～午後5時

給付額

月額5,000円／1年間(返済不要・他の奨学金との併用不可)

採用人数

178名

申 込

4月1日(水)～5月8日(金)

夢を応援基金

「ひとり親家庭支援奨学金支援制度」

対 象

中学3年生、高等学校・高等専門学校(1年生～3年生)等に在籍する生徒(2020年4月現在)
①ひとり親世帯(母子家庭等)であり就学に関して経済的に困難な生徒
②夢を実現するための意欲があり、社会貢献への積極的な姿勢のある品行方正な生徒
③札幌連の会員、及び入会を希望する方の子ども(生徒)
④札幌連理事長が奨学生として推薦するに相応しい生徒

お問い合わせ

札幌連事務局

TEL(011)631-3270 月～金／午前9時～午後5時

給付額

月額3万円／1年間(返済不要・他の奨学金との併用可)

対象人数

全国400名(各都道府県4名～)

申請締切

2020年4月28日(火)必着

※申請資格がありますので、詳細は全国母子寡婦福祉団体協議会ホームページか札幌連事務局にお問い合わせ下さい。

コープ育英 奨学生募集

対 象

道内に在住のひとり親家庭(両親がいない方も)で、2020年4月に道内の高等学校、高等専門学校に入学する1年生

お問い合わせ

公益財団法人コープさっぽろ社会福祉基金

TEL(011)671-5719 月・火・木・金／午前10時～午後3時

給付額

月額1万円／3年間(返済不要)

採用人数

44名程度(内、不登校生若干名を採用)

申請書類

[請求締切日]3月31日(火)／[提出締切日]4月6日(月)

区母連だより

～1年をふり返って～



中央区

会員数
144名

令和になり、中央区は9月に日帰り旅行で三笠記念館見学、子供達は初めて蒸気機関車の勇姿に感動！乗車を楽しんでいました。アルテピアッツァ美唄では走り回り、ゆ〜りん館で美味しい昼食、温泉に入り楽しい1日を過ごしました。今年も会員の皆さんが笑顔で参加できる行事を考えていきたいと思います。



北区

会員数
76名

昨年は1月に新年のつどいをしてカラオケで盛り上がり、新卒お祝い会では、高校への入学生が多く会員の子供たちの年齢も上がってきていることを感じました。6月にはバスレクで水族館と温泉にいき、夏にはボウリング大会を楽しみました。



東区

会員数
143名

区母連は設立45年、機関紙「東風」は発行50号となりました。奨学金学習会は、昨年は他の区から15名のご出席をいただきました。今年も、こうした学習会やバスレク、寡婦の交流会、母子ボウリング大会などで楽しく活動します！



白石区

会員数
106名

定期総会で始まり、ふるさと祭り、いちご狩りをして、定山溪ビューホテルでバイキング後プールや温泉に入り今年も好評でした。ボウリング大会は、今年で33回目になりました。ロイトンでの新年のつどいと研修会、毎週日曜日には、まなトピアを開塾しています。来年度も会員の皆さんと協力しあい楽しく活動していきたいです。



厚別区

会員数
32名

役員や会員の方々に助けられ何とか1年たちました。区の行事などをした後に、声をかけてくれたのが嬉しかったのを感じています。ちょっとした言葉ですけど、掛け合うことが大事なんだと、あらためて思うことが出来ました。来年は厚別区母連30周年の行事もあります。実行委員会の皆さんと力を合わせて盛り上げて行きたいと思っています。



豊平区

会員数
98名

豊平区母連は7月にさくらんぼ狩り・南幌温泉でのんびり過ごし、9月には昨年に続き青い池に行きました。次の日は少し肌寒い中旭山動物園で楽しい一日を過ごして来ました。11月「ボウリング大会」、1月「新年のつどい」と楽しい行事を企画し次の日の活力となれば良いと思います。



清田区

会員数
57名

収穫体験が、都合により中止となりましたが、担当の先生のご好意で、たくさんのおきびとじゃが芋を頂き子供達も大変に喜んでおりました。また地域での花壇づくりや親子で円山公園へ行ったりと若いお母さんの参加も増え、子ども同士の繋がりも出てきました。これからも、地域の方々と楽しく協力し支えあえるように努めてまいります。



南区

会員数
67名

今年度のレクは8月始めの真夏日に安田侃彫刻美術館に行き、ピパの湯ゆ〜りん館で美味しい食事と温泉を楽しみました。一年を通じて会員の皆さんとの交流は団体にとって貴重な時間の共有です。これからも母子寡婦ともに笑顔で過ごせるよう活動していければと思います。



西区

会員数
95名

日帰りレクはガトーキングダムでプール・温泉・ランチバイキングを楽しみ好評でした。ボウリング大会は寄贈していただいた野菜も景品となりみんな喜んでくれました。また、赤い羽根共同募金には初めて協力した会員も3世帯あり、これからも色々なかたちで会員同士の交流を広げていきたいと思っています。



手稲区

会員数
57名

夏は定山溪でランチバイキングとプール、温泉、秋にボウリング大会などのレクリエーションを行いました。クリスマス会の食事は、子供たちへのプレゼントとして、大人みんなで用意しました。来年度は手稲区30周年になりますので、より一層会員みんなで楽しめる様な行事を行っていききたいと思います。



ご招待ありがとうございました!

2019年シーズン中

「日本ハムファイターズの 野球観戦チケット」

逆転されてくやしかったけど、また行きたいです。ありがとうございました!



10/18(金)

「金剛山歌劇団2019 アンサンブル公演 アリランの春」

優雅な舞い、色とりどりの衣装でうっとりしました。とてもよかったです。



11/24(日)

「札幌交響楽団 定期演奏会」

小学二年の娘と聴きに行きました。鳴りやまない拍手とその場の雰囲気圧倒されました。



10月6日(日)

札幌ポプラライオンズクラブ主催「箱根牧場アクティビティ」(参加者:40名)



乳いぼり

ソーセージ作り



自然の中で子供たちが乳製品を作る体験をして食の大切さを学びました。また、北海道赤十字血液センターの方が献血教室を開催。献血の意味や大切さについても教えていただきました。



献血教室

チーズ作りや、乳しぼりなどの
きょうな体験ができて楽し
かったです!

ありがとうございました!



ご寄付・ご寄贈 ありがとうございました

- ※公益財団法人 札幌交響楽団 宮城 完爾 様
- ※株式会社 セブンイレブン・ジャパン 様
- ※特定非営利活動法人 おてらおやつクラブ 様
- ※札幌ポプラライオンズクラブ 様
- ※札幌エルムライオンズクラブ 様
- ※株式会社 富士メガネ 様
- ※札幌IRISソフタクラブ 様
- ※ボッカサッポロ北海道株式会社 様
- ※北海道コカ・コーラボトリング株式会社 様
- ※株式会社 北海道新聞社 様
- ※一般財団法人 北海道信用金庫ひまわり財団 様
- ※ビューティサロン竹内 様
- ※一般財団法人 さっぽろシュリー 様 (順不同)

ご寄付ありがとうございました!



おてら
おやつ
クラブ 様より

権信使・地域の方
応援者



お寺



支援団体



子ども・保護者



13113 76211 20111
お菓子 こどもたちへ
とて嬉しかったです。

おいそうなものを
くれてありがとうございました



賛助会員加入者の ご紹介

法人会員

北海道通信ビル株式会社 様
国際プロチミスト 札幌グローリア 様
公益財団法人 産業雇用安定センター 様
有限会社 ステップス 様 (順不同)

個人会員

中園 桐代 様 川合 恵子 様 鉢 直人 様
針金佳世子 様 鈴木 拓治 様 池田 賢太 様
(順不同)

年会費

個人会員(1口) 3,000円/法人会員(1口) 10,000円

国の支援制度を利用して シングルマザーの方 保育士資格取得

午前授業の
(9:20~12:40)
こども學舎で

国の制度
併用事例

約553万円

申請・制度概要確認については、お問い合わせください。

- 1.返済不要の給付金 最大293万円受給
- 2.学費の70%給付(約100万円)受給
- 3.貸付金 最大160万円借入

※要件を満たすと返還免除



厚生労働大臣指定保育士養成施設
こども學舎

☎011-616-1771

札幌市中央区大通西18丁目2-8(地下鉄 西18丁目駅より徒歩1分)

幅広い年齢の学生
10代~60代の118名在学(平均36歳)
ママさん学生83名在学中 ※令和2年1月現在

午前授業(2年制)
必須授業 9:20~12:40

国の支援制度
各種利用事例をご紹介します

学内無料託児
定員:7名 ※1歳6か月以上のお子様

国家試験免除
卒業時に保育士資格
を取得



資料請求、説明会・個別相談の
ご予約は ☎電話・WEBから!



2020年度 行事予定

日 程	行 事	場 所
5/26(火)	定期総会	社会福祉総合センター
6/11(木)	離転職セミナー「はじめての簿記講座」	ひとり親家庭支援センター
6/13(土)・14(日)	はじめてのパワーポイント講座	ひとり親家庭支援センター
6/25(木)	奨学金贈呈式	社会福祉総合センター
7/23(木)・24(金)	母子一泊研修	札幌市青少年山の家(滝野)
8/23(日)	札幌市母子寡婦福祉大会	社会福祉総合センター
9/12(土)・13(日)・14(月)	寡婦一泊研修旅行	びらとり温泉
9/26(土)・27(日)	第64回東北・北海道地区母子寡婦福祉研修大会	ホテル大観(岩手県盛岡市)
10/4(日)	教養講座プラ板+UVレジン講座	ひとり親家庭支援センター
10/18(日)	養育費・面会交流セミナー	ひとり親家庭支援センター
10/24(土)・25(日)	令和2年度 全国母子寡婦福祉研修大会	大田区民ホール・アプリコ(東京都大田区)
11/13(金)・14(土)	日本女性会議 2020 in あいち刈谷	刈谷市総合文化センター(愛知県)
12/6(日)	ひとり親家庭クリスマス会	社会福祉総合センター
令和3年 1/15(金)	新年のつどい	ロイトン札幌
1/23(土)	冬休み親子手芸講座	ひとり親家庭支援センター
2/11(木)	乳母連健康セミナー	社会福祉総合センター
3/19(金)	令和2年度 臨時総会	社会福祉総合センター

北海道コカ・コーラグループ



お客様とのコミュニケーション
を大切にし、安全で安心な製品、
サービスの提供を目指します。

自動販売機オペレーター
北海道ペンディング株式会社
〒004-8588 札幌市清田区清田一乗一丁目3番10号
TEL 011-888-2106 FAX 011-885-9898

裏参道に東京海上日動(株)代理店の
カフェ Cafe OPEN

愛する人に
あんしんを

Welcome
OPEN MON-SAT
from 10:00-19:00
have a happy coffee time!

もしも・・・
のご心配は何でもお気軽にご相談ください

東京海上日動火災保険株式会社 代理店
東京海上日動あんしん生命保険株式会社 代理店

有限会社 ティーライフ

〒064-0801
札幌市中央区南1条西 22丁目 2-5 ロ・スフォード 2F
TEL 011-688-7422 FAX 011-688-7425
HP <http://www.tlife.co.jp> mail: info@tlife.co.jp

日本新三大夜景 **札幌**



大倉山 5~10月 8:30~21:00 (夜間営業)
展望台リフト 11~4月 9:00~17:00 ※最終券売15分前

札幌 大倉山展望台 ※料金・営業時間等の詳細
はHPでご確認ください。
札幌市中央区宮の森1274 TEL.011-641-8585(大倉山総合案内)



北海道コカ・コーラボトリング株式会社 <http://www.hokkaido.cbcc.co.jp>
HOKKAIDO COCA-COLA BOTTLING CO., LTD. (コカ・コーラ販売会社) Coca-ColaはThe Coca-Cola Companyの登録商標です。

よるごが世界へ
KIRIN



午後の紅茶
MILK TEA
STRAIGHT TEA
LEMON TEA
おいしい
無糖

GOGO-TEA.jp
北海道キリンパレージ株式会社 のんだとはリサイクル

pokka Sapporo
北海道



Ribbon NAPOLIN
リボン ナポリン



カンバイしょ!

植物由来のやさしい色

令和2年度 就業支援講習会予定表

※講師などの都合により変更になる場合があります。

転職やスキルアップに!!

ホームページからお申込みできます!

講習会名	期間	講習時間	曜日	回数	時間	人数	テキスト代	検定料	申込受付	検定日	内容
NEW 初めてのパソコン・ワード・エクセル 3級	5/18 ～6/26	9:30 ～15:30	月・水・金	18	90	20	教材費 8,000円	4,700円	4/16 ～19	6/27	札幌ビジネスPC技能検定 ワード・エクセル3級資格取得目的 [検定内容:・入力 10分(300字)・ビジネス文書作成 25分・表計算 20分(標準的な合計・平均等を算出する)・筆記 15分] 資格取得に向け、マウスの使い方やローマ字入力などパソコン操作を基礎から学ぶ
ワード・エクセル 3級	6/15 ～10/7	18:15 ～20:45	月・水	31	77.5	20	教材費 4,500円	4,700円	5/14 ～17	10/10	札幌ビジネスPC技能検定 ワード・エクセル3級資格取得目的 [検定内容:・入力 10分(300字)・ビジネス文書作成 25分・表計算 20分(標準的な合計・平均等を算出する)・筆記 15分]
第1回 ワード・エクセル準2級	7/8 ～8/7	9:30 ～15:30	月・水・金	13	65	20	教材費 4,500円	5,800円	6/11 ～14	8/8	札幌ビジネスPC技能検定 ワード・エクセル準2級資格取得目的 [検定内容:・入力 10分(400字)・ビジネス文書作成 25分・表計算 25分(3級の内容に加えIF・AND・OR・INT・VLOOKUP・LEFT・RIGHT関数他)・筆記 15分] ※ワード・エクセル3級資格取得者または受講された方
第2回 ワード・エクセル準2級	10/26 ～2/3	18:15 ～20:45	月・水	26	65	20	教材費 4,500円	5,800円	9/17 ～20	2/6	札幌ビジネスPC技能検定 ワード・エクセル準2級資格取得目的 [検定内容:・入力 10分(400字)・ビジネス文書作成 25分・表計算 25分(3級の内容に加えIF・AND・OR・INT・VLOOKUP・LEFT・RIGHT関数他)・筆記 15分] ※ワード・エクセル3級資格取得者または受講された方
仕事力・マナー技能検定 3級	10/29 ～12/24	9:30 ～12:00	火・木	16	40	20	教材費 5,000円	-	9/17 ～20	-	札幌ビジネス技能教育連盟「仕事力・マナー技能検定」3級取得目的 [内容:・サービス業務に対する心構え(対人心理の理解・応対の技術・口のきき方・態度振る舞いなど)・ビジネス社会での基本マナー(会社訪問・アポイントの取り方・電話応対・冠婚葬祭・和洋中食べ方など)・一般知識&対人技能(人間関係・服装など)・実務技能(問題処理・環境整備・金品管理・社交業務など)] ※講座終了後、検定3級取得が認可される
電話検定 3級	6/2 ～7/21	18:15 ～20:45	火・木	15	37.5	20	教材費 3,100円	-	4/16 ～19	-	札幌ビジネス技能教育連盟「電話検定 3級」取得目的 コミュニケーションの中心ともいえる電話の受け方、かけ方、言葉遣い、クレーム対応、とっさの対応の仕方、人に与える好感度などを学ぶ。 ※講座終了後、検定3級取得が認可される
介護職員初任者研修	5/11 ～7/22	9:30 ～16:30	月・水・金	25	133	20	5,500円	-	3/12 ～15	7/15	介護職員初任者研修資格取得目的 ※試験・実習(1日)あり ※全科目出席条件(欠席の場合補講1時間1,000円)
介護事務	6/23 ～9/10	18:15 ～20:45	火・木	22	55	20	9,460円	6,500円	5/14 ～17	9/26	介護事務管理士資格取得目的 介護サービスを行う事業所で必要な介護費用請求、介護報酬計算知識、ケアプランを立てる居宅介護支援事業所において行う業務サポートの知識を身に付ける。
ファイナンシャル プランナー(FP) 3級	5/26 ～9/11	18:15 ～20:45	火・金	30	75	20	4,653円	6,000円	4/16 ～19	9/13	金融財政協会FP技能検定3級取得目的 資金計画、金融資産運用、タックスプランニング、リスク管理、不動産・相続・事業承継に基づくライフプランを前提に、目標実現のために必要なファイナンシャル・プランニングを行う。 金融・保険・不動産関係に有利
ファイナンシャル プランナー(FP) 2級	8/27 ～1/21	18:15 ～20:45	月・木	38	95	20	5,643円	8,700円	6/11 ～14	1/24	金融財政協会FP技能検定2級取得目的 3級よりさらにきめ細やかな内容に加え、顧客の立場に立った相談についてさらに学ぶ。 ※FP3級資格取得者または2年以上の実務経験者(銀行や保険業務等)その他受験資格にいずれが該当する方。詳しくはお問い合わせください。
簿記 3級	8/17 ～11/11	18:15 ～20:45	月・水	25	62.5	20	4,653円	2,850円	6/11 ～14	11/15	日商簿記3級資格取得目的 簿記の基礎知識。商店や中小企業の経理事務に役立つ。経理関連書類を読むことができ、青色申告などの書類作成もある程度できる。
簿記 2級	9/15 ～2/25	18:15 ～20:45	火・木	42	105	20	5,610円	4,720円	7/16 ～19	2/28	日商簿記2級資格取得目的 経営管理に役立つ知識として、最も企業に求められる資格の一つ。企業の財務担当者には必須。高度な商業簿記・工業簿記(原価計算を含む)を修得し、財務諸表の数字から経営内容を把握できる簿記の知識、資格のスキルアップに。 ※簿記3級資格取得者または簿記3級程度の知識があり実務経験のある方。
メンタルヘルス マネジメント®Ⅲ種	9/11 ～10/16	18:15 ～20:45	火・金	10	25	20	4,000円 程度	4,400円	7/16 ～19	11/1	メンタルヘルスマネジメント®Ⅲ種検定取得目的 目的:組織における従業員自らのメンタルヘルス対策の推進 目標:自らのストレスの状況・状態を把握することにより、不調に早期に気づき、自らケアを行い、必要であれば助けを求めることができる。
メンタルヘルス マネジメント®Ⅱ種	1/15 ～3/5	18:15 ～20:45	水・金	15	37.5	20	5,500円 程度	6,600円	11/12 ～15	3/14	メンタルヘルスマネジメント®Ⅱ種検定取得目的 目的:部門内、上司としての部下のメンタルヘルス対策の推進 目標:部下が不調に陥らないよう普段から配慮するとともに、部下に不調が見受けられた場合には安全配慮義務に則った対応を行うことができる。 ※Ⅲ種資格取得者または受講経験のある方(いずれにも該当しない方はあらかじめⅢ種のテキストに目を通してから受講→Ⅲ種内容理解前提の内容があるため)
観光英語検定 3級	5/15 ～10/23	18:15 ～20:45	金	22	55	20	5,130円	3,800円	3/12 ～15	10/25	観光英語検定3級取得目的 国際化が進行する中、外国人とのコミュニケーションに対応する英語力を身に付ける(旅行・観光・ホテル・接客・サービス業等)曜日、時刻・数字・パンフレット・掲示物等、あいさつ、地名等、観光等に必要となる初歩的な英語(英検3級程度)これらを運用した対話、会話。 [検定内容:筆記・リスニング]
調剤薬局事務	7/2 ～9/17	10:00 ～12:30	火・木	20	50	20	4,510円	6,500円	5/14 ～17	9/26	調剤薬局事務管理士資格取得目的 「調剤報酬請求事務(レセプト作成)」を中心に事務作業全般
医療事務	10/14 ～3/5	18:15 ～20:45	水・金	40	100	20	11,000円	7,200円	8/13 ～16	3/7	医科2級医療事務実務能力認定試験取得目的 診療報酬明細書作成技能を含む診療報酬に関する知識、医療関連法規に関する知識を身に付ける。

講習会の情報は、札幌市ひとり親家庭支援センターホームページ・「札幌市からのお知らせ」(区役所などで配布・STVテレビdボタン)・「iさっぽろ」アプリ・「子育てアプリ」などからもご覧いただけます。

お申込 ひとり親家庭支援センターへ直接かハガキまたはHP
必要事項 ①希望講習会名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号(Eメールアドレスも可) ⑥受講理由を明記
各区保健センター(健康子ども課)は木・金のみ直接

[札幌連だより 配布場所] 札幌市内各区役所・保健センター・保育園など。 個人発送をご希望の方は、ご連絡ください。 TEL(011)631-3270 ●年2回発行 ●送料1部 100円