

# Chuo

区民のページ「ちゅうおう」

<http://www.city.sapporo.jp/chuo/>

7  
2006

## 大通公園

## 再発見

札幌の観光名所、都会のオアシスのイメージが定着し、観光客や都心部で働く会社員や学生の憩いの場となっている大通公園。しかし、皆さんの多くは、YOSAKOIソーラン、納涼ビアガーデン、雪まつりなどのお祭りやイベントがあるときに訪れる程度でしょうか。

そこで、普段の公園内の見どころを紹介します。



編集：中央区市民部総務企画課広報係 ☎060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目 ☎(011)231-2400(内線224) ㊚(011)231-6539

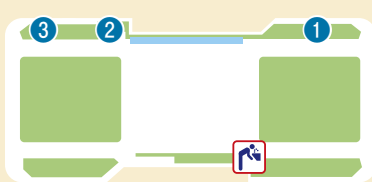
中央区役所	☎060-8612	南3西11	☎231-2400	中央区民センター	☎060-0062	南2西10	☎271-1100
中央保健センター	☎060-0063	南3西11	☎511-7221	旭山公園通地区センター	☎064-0809	南9西18	☎520-1700
中央土木センター	☎060-0012	北12西23	☎614-5800				

「区民のひろば～中央区からのお知らせ～」 ラヂオノスタルジア (FM78.6MHz) 毎週月曜午後0時30分～  
「中央区だより」 ラヂオカロスサッポロ (FM78.1MHz) 毎週金曜午前10時10分～

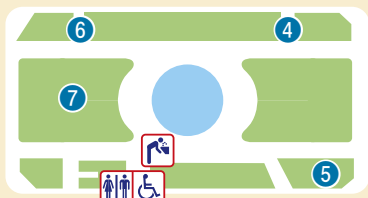
## 大通西1丁目



## 大通西2丁目



## 大通西3丁目



大通公園には、ライラックをはじめ約九十種、四千本以上のさまざまな樹木が生育し、西一〜八丁目の八十七カ所の花壇では、花々が四季折々の姿を見せてくれます。

夏には、大小十一基の噴水・壁泉が、涼しさを演出します。

そんな大通公園ですが、他にも見どころがたくさんあります。

### 大通公園第一号の碑

#### 開拓記念碑⑪

西六丁目には、歴史を感じさせる大きく古い碑が建っています。

明治十九年、幕末の箱館戦



争や咸臨丸で知られる榎本武揚の書です。当初は、日本で初めての都市公園である偕楽園（北区北七西七）に建てられたもので、後に現在の場所に移されました。

### 都会の緑に調和する彫刻

#### ブラック・スライド・マントラ⑮

東区のモエレ沼公園の計画や設計に携わったことで、有名なイサム・ノグチの作品です。

西八・九丁目の公園が連なっている中央に設置されています。設置される前は、南北に道路が走っていましたが、彼の遺言を尊重し、道路を遮



断して公園をつなげ、現在のようになりまし。また、生前に「この彫刻は、子どもたちのお尻で磨かれて完成する」と言っていたそうです。

### ライラックを歌った

#### 吉井勇歌碑⑧

昭和三十五年、市民のアンケイトで札幌の木として選ばれたライラック（リラ）。

以前から、札幌市民に親しまれていたこの木を、昭和三十年に、札幌を訪れた歌人吉井勇が、旅の記念に残した「北遊小吟」の一首として、「家ごとにリラの花咲き札幌の・・・」と歌ったそうです。



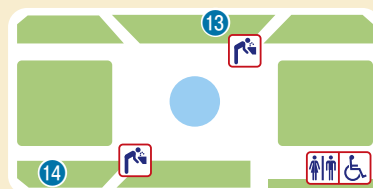
## 彫刻・碑・モニュメント

園内には、全部で二十基の彫刻やモニュメントが設置されています。

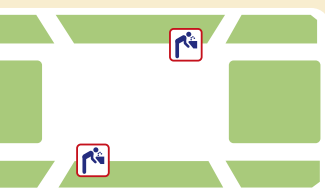
- ① 花の母子像
- ② ベンソンの水飲み
- ③ 開拓母の像
- ④ 牧童の像
- ⑤ 湖風の像
- ⑥ 石川啄木歌碑
- ⑦ 泉の像
- ⑧ 吉井勇歌碑
- ⑨ 聖恩碑
- ⑩ 日時計
- ⑪ 開拓記念碑
- ⑫ 奉仕の道
- ⑬ 漁民の像
- ⑭ 集団帰国記念
- ⑮ ブラック・スライド・マントラ
- ⑯ 有島武郎文学碑
- ⑰ 黒田清隆之像
- ⑱ ホーレス・ケプロン之像
- ⑲ マイバウム
- ⑳ 若い女の像

※場所については、二〜三ページ上下にあるMAPを参照してください。

## 大通西7丁目



## 大通西8丁目



## 大通西9丁目



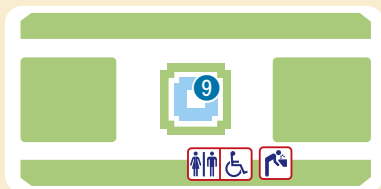
- 凡例
- : 水飲み場
  - : トイレ
  - : 身障者トイレ



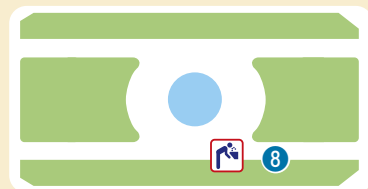
大通西6丁目



大通西5丁目



大通西4丁目



姉妹都市との友好の証

札幌市では、四つの都市と姉妹都市の提携をしています。その中の二つの都市から贈られたモニュメントが園内に設置されています。

ペンソンの水飲み②

昭和三十四年、札幌市とポートランド市（アメリカ）が姉妹都市になり、その七年後、四十一年に、ポートランドから自分たちがこよなく愛する水飲みと同じ形のを、札幌に友情の印として贈られたものです。

※現在は、モニュメントとして展示しており、水は飲めません。

マイバウム⑬

昭和四十七年、札幌市とミュンヘン市（ドイツ）が姉妹都市提携を結んだ記念として、ミュンヘン市から贈られたもの

ので、五十一年に設置されました。

マイバウムは、ドイツ語で「五月の木」を意味し、春を迎える喜びを象徴しています。子どもの遊び場

鯨の森 A

西九丁目「鯨の森」と呼ばれる場所があるのをご存じでしょうか。

札幌が開拓される前から、西九丁目辺りは、原生林に囲まれ、わき水があったそうです。そして、遠くから見ると高く盛り上がった部分と低い部分があり、鯨が泳いでいるように見えたことから、「鯨の森」と呼ばれるようになったと言われています。

今では、鯨の尾をイメージしたジャンボ滑り台やさまざまな遊具、遊水路などが整備され、子どもたちの絶好の遊び場となっています。



大通公園の木々

公園内には、さまざまな木が植えられています。夏にお勧めの場所を紹介します。西六丁目（B）に、推定樹齢百三十年以上のケヤキの木々があります。深い緑が都会の中の森を作り上げ、ちょっとした森林浴気分が楽しめます。

マナーを守って利用してください

- ①ごみの持ち帰りにご協力ください。
- ②衛生上問題があるので、ハトなどへのエサやりはやめましょう。
- ③スケートボードなどは、使用しないでください。

大通公園管理事務所 ☎251-0438

次に、西二十二丁目のサンクガーデン（水路）を配したバラ園です。園内には、三十二品種、約千三百株の色とりどりのバラが植えられており、十月ころまで見ごろが続きます。



◆ ◆ ◆  
今回は、普段の魅力が少しだけですが、紹介しました。大通公園は、中央区の中心にあり、中央区民の身近な公園でもあります。  
皆さんも、足を運んでみてはいかがでしょう。新たな大通公園の魅力を発見するかもしれません。

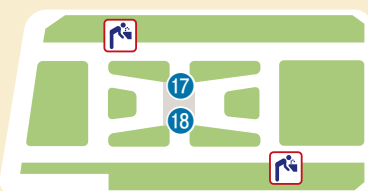
大通西12丁目



大通西11丁目



大通西10丁目

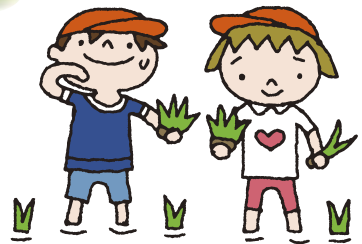




## 都会の子どもたち、田植えに初挑戦 (6/3)



中央区子ども会育成連合会の主催による田植え体験が奈井江町の田んぼで行われ、親子連れなど約80人が参加しました。



子どもたちは田植えが初めてで、田んぼに素足で入ることも恐る恐るでしたが、時間が経つとともに、泥だらけになりながら田んぼの中を元気よく走り回っていました。

## 鴨々川を美しく (6/4)

鴨々川河畔（南8西4）で、「鴨々川を清流にする会」及び「クリーンアップ鴨々川清掃実行委員会」主催の清掃活動が行われました。

町内会や地域のさまざまな団体から総勢200人が参加し、ごみ拾いや川底の清掃作業で心地よい汗を流しました。

約1時間半の作業で、清掃トラック2台分のごみが集められました。



## 花で歩道美化 (6/9)

北3条通（東1～7丁目）において、東北連合町内会をはじめ地域の方約60人が参加し、歩道の植樹ますや花壇にペコニアなどの花苗4600株を植えました。

小雨が降る中、参加者はシャベルを使って、色とりどりの花を植える作業を手際よく行いました。

花植え後の草取りや水やりは事業所などの協力を得て行う予定です。



広 告 欄



# 情報 オアシス

## 7月11日からの内容です

人口 205,942人(前月比 +336)  
男 92,263人 女113,679人  
世帯数 110,895世帯(前月比 +234)  
平成18年6月1日現在

### 豊平川ふれあいクリーン 作戦Withイカダ下り

イカダ下り大会を見物しながら、大会コースの河川敷でゴミを拾います。ゴール地点で抽選会を行います。

▽日程 7月16日(日)。※イカダ下り大会順延時は17日(祝)。

▽スタート受付 幌平橋左岸河川敷にて午前9時から10時30分まで。

▽ゴール受付 一条大橋左岸河川敷にて午前11時から午後1時まで。

▽抽選会 一条大橋左岸河川敷にて午後1時30分から。

〔詳細〕 地域振興課地域活動担当 ☎(231)2400(内線256)

### 国民健康保険料納付の 夜間相談について

国民健康保険料が納付できない事情があり、平日の午後5時15分までに区役所にお越しになれない方に対して、夜間相談を行いますのでご利用ください。

▽夜間相談日 7月27日(木)、28日(金)の午後8時まで。

※夜間相談に来庁される方は、庁舎南側玄関からお入りください。

〔詳細〕 保険年金課収納一・二係 ☎(231)2400



### 地区センター行事

▽日程等 下表の通り。

▽会場 旭山公園通地区センター多目的ホール(南9西18)。

▽申込 ①7月11日(火)から整理券配布。1人1枚・先着順。

②申込不要。  
※駐車場が狭く大変込み合いますので、ご来館の際には、最寄の公共交通機関をご利用ください。

〔申込・詳細〕 旭山公園通地区センター ☎(520)1700

### 〈地区センター行事〉

行事名	開催日時	定員	費用
①夏休み子ども映画会 「ヒッコリーのきのみ」ほか	7月30日(日) 午前10時30分～11時30分	200人	無料
幼児・小学生対象の楽しいアニメ3作品を上映します。くつ袋をご用意ください。			
②夏休みファミリー自由開放 (卓球・バドミントン)	7月29日(土)、8月5日(土)、12日(土) 午後1時～5時	—	無料
ファミリーを対象に卓球・バドミントンで半面ずつ開放します。 運動靴、ラケットやボール(またはシャトル)の用具をご用意ください。			

### 交通事故発生件数

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	941 (-80)	2 (±0)	1,141 (-98)
札幌市	5,250 (-464)	18 (+7)	6,409 (-529)

※平成18年6月21日現在。( )は前年比

### ～区役所へは公共交通機関でお越しください～

区役所にお越しの際は、できるだけ公共交通機関をご利用くださるよう、ご協力をお願いします。

区役所周辺は駐車禁止となっております。路上での駐車はおやめください。中央保健センター(南3西11区役所南側)の立体駐車場もご利用になれます。

〔詳細〕 総務企画課地域安全担当 ☎231-2400(内線208)

## 広告欄

『夏の交通安全市民総ぐるみ運動』が7月14日(金)～7月23日(日)までの10日間実施されます。

# (健)康guide

中央保健センターからのお知らせ  
ガイド

〔申込・詳細〕 保健センター健康・子ども課  
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX511-8499

## 【ウォーキングマップスタンプラリー】

中央区健康づくり元気会と共同で作製したウォーキングマップを使ったスタンプラリーを実施します。50km達成を目指してご参加ください。

◆内容 ①ウォーキングマップとスタンプ帳を入手する。②No.A～Sの好きなコースを歩いて、コースにあるまちづくりセンターに行きスタンプを押す。③合計50kmになったら、保健センターで記念品をもらえます。

◆日時 8月1日(火)～来年3月末。

◆対象 区内在住の方。

◆定員・費用 記念品は先着200名・無料。

◆その他 ウォーキングマップ及びスタンプ帳は、7月20日(木)から中央保健センター・中央区役所広聴係・区内各まちづくりセンターで配布します。

## 【中央保健センターの健康相談日程】

保健センターでは、皆さんの健康を守るため、下表のような各種健康相談や健康診査を行っていますのでご利用ください。

### ◆子どものために

	〈実施曜日〉	〈受付時間〉
4カ月児健診(同時にBCG接種を実施) ※BCG接種のみをご希望の方は保健センターへお問い合わせください。	火(第1～3週)	午前8時45分～10時
乳幼児健診(10カ月児、再来)	木(第1～3週)	
1歳6カ月児健診	水(奇数月:第1・2週 偶数月:第1～3週)	午後1時～2時
3歳児健診	月(奇数月:第1・2週 偶数月:第1～3週)	
乳幼児精神発達相談(予約制)	木(第1～4週)	午後1時30分～3時30分
歯科相談	水(第1・3週)	午後1時～2時
離乳期講習会	金(第2週)	午後1時～1時20分
チャレンジむし歯ゼロセミナー	水(第4週)	午前9時45分～10時
母と子の歯みがき教室	金(第3週)	午後1時45分～2時

### ◆大人のために

	〈実施曜日〉	〈受付時間〉
胃がん・大腸がん検診(予約制)	金(第2週)	午前8時45分～10時
歯科相談	水(第1・3週)	午後1時～2時
妊婦歯科健診		
母性健康相談	火(第1～3週)	午前8時45分～10時
妊産婦健康相談	木(第1・3週)	午後1時～2時
女性の健康相談	木(第2・4週)	
母親教室(※1月と8月は休みます)	水(第1～4週)	午後1時～1時30分
エキノコックス検査(予約制) (無料で検査できます)	水(第2・4週)	午後1時～2時
C型肝炎ウイルス検査(予約制)		
エイズ検査・相談(予約制) (匿名・無料で検査できます)		

## 【区民健康講座「10代の性を考える」】

札幌市は全国に比べて、10代の性感染症罹患率、人工妊娠中絶率が非常に高くなっています。その現状を知り性感染症、望まない妊娠を防ぐために何ができるかを一緒に考えませんか。

◆内容 講演「今増え続ける性感染症と10代の妊娠～その予防と防止～」(講師:吉尾 弘医師～医療法人社団産婦人科吉尾医院院長)。

◆日時 7月27日(木)午後1時40分～2時40分。

◆会場 中央保健センター(南3西11)2階講堂。

◆対象 区内在住の方。

◆定員・費用 50人・無料。

◆申込 不要。当日、直接会場へお越しください。

## 【地区健康相談のご案内】

◆内容・対象・費用 下表の通り。

◎「地区健康相談」と医療機関で実施する「すこやか健診」は、どちらか一方を年度に1回受診できます。

	対象者	検査項目	費用	結果のお知らせ
健康相談	右の検査を希望する方	血圧測定・尿検査など	無料	当日会場でお知らせします
	40歳以上の方	血液検査 脂質検査 肝機能検査 血糖検査 腎機能検査 貧血検査 など		
	40歳以上で医師が必要と認めた方	心電図検査	1,200円	全員の方に3週間程度で封書によりお知らせします
胸部検診	40歳以上の方(妊娠中の方は受診できません)	胸部X線間接撮影	無料	
肝炎ウイルス検診	血液検査受診の方で次の要件に該当する方は希望により検査できます(★参照)	(C型+B型)肝炎検査 C型肝炎検査のみ B型肝炎検査のみ	400円 350円 100円	

※65歳以上の方には問診票(生活機能自己チェックリスト)を記入いただき、医師による口腔内の視診や関節の触診などを実施します。

★肝炎ウイルス検診を受診するための要件は次のとおりです。

(受診希望の方は氏名・住所・年齢を確認できるものをお持ちください)

◎検査当日の満年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。

◎過去に肝機能異常を指摘されたことがある方。

◎広範な外科的処置を受けたことのある方又は妊娠・分娩時に多量の出血をしたことのある方で定期的に肝機能検査を受けていない方。

※今までに肝炎ウイルス検査や肝炎の治療を受けたことのある方は、検査を必要としない場合があります。

◆次のいずれかに該当する方は検査料金が免除されます◆

- ・70歳以上の方(年齢を確認できるものをお持ちください)。
- ・特定の障がいがある65歳から69歳の方(老人保健法医療受給者証をお持ちください)。
- ・生活保護世帯に属する方(生活保護受給証明書をお持ちください)。
- ・市民税非課税世帯に属する方(市民税課税証明書をお持ちください)。

◆日時・会場 下表の通り。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご参加ください。なお、健康手帳をお持ちの方は、忘れずにご持参ください。

月日	受付時間	会場(所在地)
7月31日(月)	午前9時～11時	曙会館(南11西10)
	午後1時30分～3時	札幌静修高等学校(南16西6)

# 子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

(申込・詳細) 健康・子ども課子育て支援係

〒060-0063 南3西11 ☎511-6399

## 【子育て講座受講者募集】

就学前の乳幼児を育てている保護者のための講座です。

- ◆内容 「今が大事! 思春期につながる幼児期の子育て」  
(講師: 坂本 勤～詩画家)
- ◆日時 8月21日(月) 午前10時～11時30分。
- ◆会場 中央保健センター(南3西11)。
- ◆対象 0歳～就学前のお子さんを育てている保護者  
(受講中は、お子さんをお預かりします)。
- ◆定員・費用 20人・無料。
- ◆申込 7月24日(月) 午前9時から電話で。先着順。

## ～区役所1階相談コーナーのご案内～

区役所1階相談コーナーでは、各種の相談窓口を開設しています。お気軽にご利用ください。相談内容は、下表の通りです。

相談名	相談日時
家庭生活 (家庭生活 カウンセラー)	毎週火・木曜日 午前10時～正午、 午後1～4時
法律 (弁護士)	第1・3水曜日午後 ※当日午前9時から電話で 予約の受け付け。先着8人。 相談時間は1人20分。
行政 (行政相談員)	毎週金曜日 午後1時～4時

(申込・詳細) 総務企画課広聴係 ☎231-2400

## 豚肉の野菜ロール [エネルギー281kcal 塩分1.2g]



(材料2人分)

豚ロース薄切り肉	8枚	「スライスチーズ	2枚
塩・こしょう	少々	B 青しそ	2枚
「インゲン	4本	梅干	大1個
「エリンギ	大1本	油	小さじ1
		キャベツ	80g
		ミニトマト	6個

(作り方)

- ①インゲンはすじを取り、さっとゆでる。エリンギはインゲンと同じくらいの長さにさいておく。
- ②梅干の種ははずし、ほぐしておく。
- ③豚肉は縦長に2枚ずつ4組にして並べて広げ、軽く塩・こしょうをふり、Aを2組に、Bをもう2組にそれぞれのせ、きっちり巻く。
- ④フライパンを熱し、油をひき、中火にして③の巻き終わりを下にして並べ、転がしながら、焼き色を付ける。
- ⑤弱火にし、蓋をして、6～7分ほど蒸し焼きにする。
- ⑥荒熱がとれてから、それぞれを2等分し、千切りにしたキャベツとミニトマトを盛り合わせる。

毎週水曜日に中央区役所分庁舎6階食堂と消防局地下1階で「ヘルシーランチ」を提供しています。今月は、7月26日(水)のヘルシーランチから紹介しました。



## 健康レシピ 第8回 夏バテを予防しよう

夏になると、じっとしていても汗が出て疲れる、寝苦しさからの睡眠不足、食欲不振など「夏バテ」になりやすい条件が重なります。涼風の立つころになると体調を崩す方も少なくないようです。「夏バテ」は、早めの予防対策が必要です。

暑い時期は、体力の消耗が激しく、胃腸の働きも衰えることがあります。そのため、食事は冷たい物やあっさりした物で済ませがちになります。また、冷たい物を飲み過ぎるなど水分の摂り過ぎは、胃液が薄められ、消化が悪くなり、体調を崩しやすいので、気を付けましょう。

夏バテの予防には、栄養のバランスが良い食事を一日三食規則正しく取り、適度な運動をすることで、生活のリズムを保つように心掛けましょう。また、睡眠は十分に取られ、疲れをため込まないようにしましょう。

食事作りでは、ご飯やパンなどの主食とともに良質のたんぱく質を含む肉や魚・卵・豆製品などの主菜、野菜をたっぷり使った副菜を毎食取り入れるようにすると良いでしょう。





# のイベント掲示板

## ～中央区の夏を楽しもう～



今年も暑い夏がやってきました。この時期は、お祭りや盆踊りなどの楽しいイベントが多数開催されます。

中央区の夏を満喫するため、区内で開催されるイベントの予定をご紹介します。

※6月下旬時点の情報に基づき作成しています。  
※天候などの事情で予定が変わる場合があります。  
※①は開催日時、②は会場です。

### 各地区のイベント予定

#### 東北

##### 「子ども夏祭り・東北ランド」

- ① 7月23日(日) 午前10時。
- ② 東7丁目緑地(北1東7三角公園)。

#### 苗穂

##### 「サマーフェスティバル・イン・なえぼ」

- ① 8月6日(日) 午後4時。
- ② 苗穂会館南側広場(北1東10)。

##### 「子ども盆おどり」

- ① 8月15日(火)、16日(水) 午後6時。
- ② 苗穂会館南側広場(北1東10)。

#### 東

##### 「夏祭り・盆踊り」

- ① 8月13日(日)～15日(火) 午後6時。
- ② 北海道神宮頓宮境内(南2東3)。

#### 豊水 西創成

##### 「ふれあい盆踊り大会」

- ① 8月14日(月)、15日(火) 午後6時30分。
- ② 中島公園内中島児童会館北側広場(中島公園1-1)。

#### 曙・幌西 西

##### 「西屯田通歩行者天国」

- ① 7月30日(日) 正午。
- ② 西屯田通(南3～8西12～13)。

#### 山鼻

##### 「交通安全・防火・防犯・清掃の集い」

- ① 7月15日(土) 午前10時。
- ② 中央区ゲートボール場(南23西10)。

##### 「2006市電フェスティバル」

- ① 8月19日(土) 午前10時。
- ② 第1会場(電車事業所)(南21西16)、第2会場(隣接グラウンド)(南21西16)。

#### 幌西

##### 「大運動会」

- ① 8月27日(日) 午前9時。
- ② 幌西小学校グラウンド(南10西17)。

#### 西

##### 「西ひまわり子ども会 七夕まつり」

- ① 8月6日(日) 午後6時30分。
- ② なかよし公園(南7西18)。

##### 「ライラック、つよば、どんぐり子ども会 子ども盆踊り」

- ① 8月13日(日)、14日(月) 午後7時。
- ② 南5西11。

#### 南円山

##### 「南円山商工夏祭り」

- ① 7月23日(日) 午後2時。
- ② 山麓公園(南7西24)。

##### 「南円山大運動会」

- ① 8月20日(日) 午前9時。
- ② 緑ヶ丘公園(南10西23)。

#### 円山

##### 「裏参道夏まつり」

- ① 7月17日(祝) 正午。
- ② 南2西21～24の区間。

#### 桑園

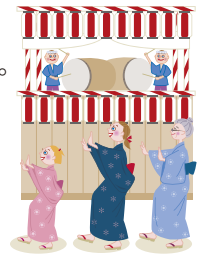
##### 「子ども盆踊り大会」

- ① 8月11日(金)、12日(土) 午後6時。
- ② 桑園公園(北7西18)。

#### 宮の森 大倉山

##### 「納涼盆踊り大会」

- ① 8月14日(月)～16日(水) 午後7時。
- ② 北海道神宮西駐車場(宮ヶ丘)。



★すすきの祭り  
 日程 8月3日(木)～5日(土)。  
 場所 すすきの。

★すすきのはしご酒大会  
 日程 8月2日(水)。  
 場所 すすきの駅前通南5条西3丁目主会場。

★狸まつり  
 日程 7月21日(金)～8月20日(日)。  
 場所 狸小路商店街。

★カルチャーナイト 2006  
 日程 7月21日(金)。  
 場所 大倉山ジャンプ競技場ほか。

★さっぽろ夏まつり  
 日程 7月21日(金)～8月20日(日)。  
 場所 大通公園ほか。

★豊平川イカダ下り  
 日程 7月16日(日)。  
 場所 豊平川南大橋上流。

★豊平川花火大会  
 日程 7月14日(金)、21日(金)、28日(金)。  
 場所 豊平川南大橋付近。

★さっぽろ旭山音楽祭  
 日程 7月14日(金)。  
 場所 旭山記念公園。

★花フェスタイン赤レンガ  
 日程 6月1日(木)～8月31日(木)。  
 場所 旧北海道庁舎赤レンガ。

### そのほかのイベント

