



▲手作りの歌詞カードでお年寄りと一緒に歌う駒場さん

音楽ボランティア
駒場 彩子さん
(手稲本町在住)

駒場さんは、区内の幼稚園、老人ホーム、町内会などで音楽の楽しさを伝える音楽ボランティアとして、いろいろな活動をされています。

ボランティア活動を始めたのは、バイオリン奏者としてドイツで活躍していたとき、ふと訪れた障がい児施設の子どもたちと音楽で触れ合えたことがきっかけでした。その後、施設で教師をしながら音楽の楽しさを子どもたちと共有し、帰国して札幌に住むことになったのを機に、音楽ボランティアの活動を始めました。

「音楽は聞くよりも自分でやる方が楽しい」と考えている駒場さん。この日訪れた老人ホームでも、参加された皆さんと一緒に歌を歌ったり、楽器の演奏をしたりしてとても楽しそうでした。

「今後は音楽会場に足を運ぶことが難しい方々のところに伺って、より多くの方に音楽に触れてもらいたいですね」と笑顔で話していました。



▲演奏する時も笑顔で

新年あけましておめでとうございます

本年も、生まれ育つ子どもたちが「本当に手稲って素晴らしい」と実感できるような“ふるさと手稲”づくりに区民の皆さまとともに取り組んでまいります
皆さまのご多幸とご健康を心からお祈り申し上げます



なかた てつお
手稲区長 中田 鉄雄



2007

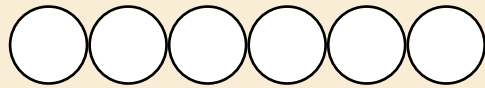
今月は、新春特別企画としてクロスワードパズルをご用意しました。正解者の中から抽選でウィズユーカーが当たるプレゼントクイズです。ぜひ、チャレンジし答えをご応募ください。

パズルの解き方

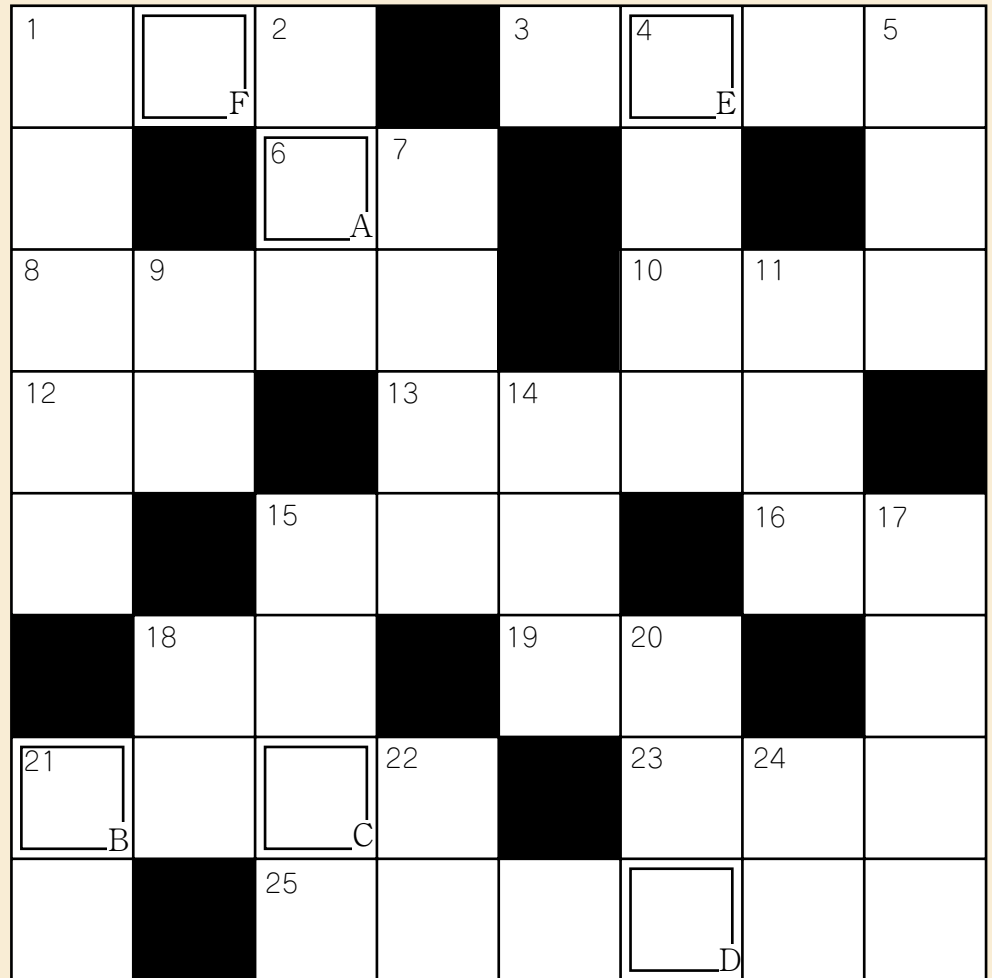
① タテのカギ、ヨコのカギをヒントに、それぞれの番号のところに当てはまる言葉を入れてください。タテのカギは上から下へ、ヨコのカギは左から右へ言葉を入れます。

② A～Fの二重枠のマス目に入る文字を、並べ替えると答えが出ます。

答え



ヒントは写真!! 星置川の支流、滝の沢川にあるよ。



たてのカギ



- 1 地球温暖化防止のためのさつぽろ○○○○宣言。昨年10月25日に宣言者数が10万人を突破しました。
- 2 1997年に中島公園内にオープンした音楽専用のコンサートホール。
- 4 神事や祝いの事の膳につける尾も頭もついている丸のままの魚を○○○○つき。
- 5 手稲区最大の公園です。○○○森林公園。



手稲山を望むカナルが見所です

- 7 正体を失うほど酒に酔うこと。
- 9 頭髪をすいたり、髪飾りとしてさしたりする道具。
- 11 袴の形をして足首のくくれている股引きに似た衣服。
- 14 風邪の代表的な症状のひとつ。肩こりからこの症状が出る場合があります。



ていねく クロスワード

- 15 十勝支庁、釧路支庁、根室支庁、網走支庁管内を指してこう言います。
- 17 テレビは現行の○○○
- 放送からデジタル放送に移行されます。
- 18 金属製の円筒状の容器。
- 20 山口のバツ塚は札幌市のこれに指定されています。
- 21 兄弟姉妹の娘。
- 22 カニバルで有名です。ブラジルの旧首都。○○デジャネイロ。
- 24 札幌市では資源ごみの○○、カン、ペットボトルは一緒に袋に入れて出してください。
- よこのカギ**
- 1 白くて細長いきのこと言えばこれ、○○○茸。
- 3 山口地区で栽培されているみやこかぼちのブランド名は、○○○○みやこ。
- 6 ○○○食つ虫も好き好き。人の好みはさまざまです。
- 8 停電や火災の原因にもなる恐ろしい自然現象です。
- 10 ペリー来航を機に開港した港のひとつ。
- 12 ○○の上にも三年。
- 13 札幌市の花。富丘西公園では珍しい自生のこれが見られます。
- 15 札幌市の姉妹都市ミュンヘンはこの国の都市です。
- 16 一対、二人からなる一組。
- 18 ○○ボーイ。馬を乗りこなし、投げ縄を操って牛を飼育・輸送する男。
- 19 土用の○○の日と言え
- 21 煮くずれを防ぐため、野菜の切り口の角を薄く削り丸みをつけること。
- 23 テーラードカラーで腰丈までの男性用上着。
- 25 1日1万歩を目標に取り組みましょう。手稲区○○○○
- マップを現在作製中です。



小さなかawaiiらしい花を咲かせます



応募方法

対象 手稲区にお住まいの方。

応募方法 はがきに、パズルの答え（6文字）、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、右のアンケートにお答えの上、手稲区役所総務企画課「クロスワード」係までご応募ください。

締め切り 1月17日(水)、消印有効。

正解者の中から抽選で15名様にウイズユーカード（1,100円分）を差し上げます。
※当選者の発表は、カードの発送をもって代えさせていただきます。なお、正解は2月号に掲載します。

アンケート — 区民のページについてお答え下さい

- ①よく読むページは？
ア.表紙 イ.特集 ウ.まちセン便り
エ.お知らせ オ.ウオッチング
- ②取り上げて欲しい内容やコーナー
- ③ご意見ご感想

(はがきの裏面)

- ・パズルの答え(6文字)
- ・住所
- ・氏名
- ・年齢
- ・電話番号
- ・アンケート
①
②
③

(はがきの表面)

50

006-8612

札幌市手稲区
前田1条11丁目
手稲区役所総務企画課
「クロスワード」係
行

地域の連携で課題を解決

～まちづくり協議会

前田地区は人口や市街化区域が区内最大規模の地域で、前田連町と稲穂連町の2連町で構成されています。

今月号では、地域で活動する団体・組織等が連携して、その地域の抱える課題を解決していこうと、両連町が中心となり設立した「まちづくり協議会」を紹介します。

前田ふれあい

まちづくり協議会

都市化が進み、少子高齢社会を迎える中、地域住民のまともりを維持し、潤いのある生活環境を築いていこうと、連町を中心に各単位町内会、民生児童委員協議会、青少年



▲敬老会で子どもたちも祝いました

育成委員会、小中学校など27団体・組織で9月に設立されました。

設立後には、お年寄りから子どもまで、世代を越えて連携し、多くの住民が集えるふるさとづくりを目指して、敬老会で子どもたちも一緒に祝いをするなど、いろいろな活動を始めました。これらは世代を越えたふれあいづくりの第一歩となることでしょう。

稲穂安全・安心

まちづくり協議会

稲穂連町では、「まちづくりは最大の治安」を合言葉に、住民が安全で安心して生活できる環境づくりを第一の課題



▲心肺蘇生法を学ぶ参加者

として取り組んできました。本年度、さらにその活動を広げようと、町内会を中心に、民生児童委員協議会、青少年育成委員会など33団体・組織で10月に設立されました。

設立後の防災訓練には約70人が参加し、稲穂公園の緊急貯水槽の使い方、担架などの防災資機材の使い方などの説明を受けた後、消防団から心肺蘇生法等を学びました。安全で安心なまちづくりを目指して参加者は手順などを熱心に確認していました。

両協議会の活動は、地域の連携でさらに発展・充実していくことが期待されます。



▲前田まちづくりセンター
☎683-4422

2月号は手稲まちセンから。

まちづくりセンター情報

まちづくりセンターから、イベントなどの情報をお届けします。参加ご希望の方はお問い合わせください。

実施日	行事名	会場	問い合わせ先
1月10日(水)	新年交流もちつき大会	星置地区センター	星置地区福祉のまち推進センター ☎695-9433
1月20日(土)	稲穂連合町内会新春百人一首大会	稲穂会館	稲穂金山まちセン ☎684-4020



健康づくりリーダー 養成研修会受講者募集

健康づくりを進めるためには、一人ひとりの健康を応援する環境づくりも重要となります。自分の健康とともに、地域ぐるみでの健康づくりについて考え、活動してみませんか？

日時 1月24日(水)、30日(火)、2月6日(火)、28日(水)の午後1時30分～3時30分(4日間で1コース)。

会場 保健センター2階講堂、区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

対象 区内にお住まいで健康づくりに関心のある方。先着30人。参加無料。

申込 1月10日(水)～19日(金)の午前9時～午後5時に電話でお申し込みください(土・日を除く)。

を除く)。

申込先・詳細 保健センター
☎(681)1211

地域の親子のふれあい交流 「手稲わいわひろば」

内容 雪山滑り、相撲、人間ばんば、ままごと、宝探しなど。

日時 1月12日(金)午前10時～11時30分。

場所 手稲稲積公園(前田1条5丁目)。

対象 区内または近隣に在住の方(就学前の児童は保護者同伴)。

参加料 無料。

持ち物 替えの手袋、靴下。

申込 当日直接会場へお越しください。

※悪天候の場合は、左記の連絡先に開催の有無を確認してください。

〔詳細〕 健康・子ども課子育て支援係

☎(681)2400内線551～555

おしゃべり広場

参加者募集

子育てや自分のことなど、子育て仲間とおしゃべりしませんか？

日時 2月6日(火)、8日(木)の全2回。いずれも午後2時～3時30分。

会場 区民センター1階および広場(前田1条11丁目)。

対象 0歳～就学前の子どもを育てている保護者。

※受講中は託児できます。

定員 先着10人。参加無料。

申込 1月24日(水)午前9時から電話で受け付け。

〔申込先・詳細〕 健康・子ども課子育て支援係

☎(681)2400内線551～555

健康講演会

「お口は健康の窓口」

お口の健康は、全身の健康に重要な役割を果たします。

大切な「お口の健康」について学んでみませんか。

講師 義輪隆宏氏(木の実歯科歯科医師)。

対象 区内在住の方。

日時 1月30日(火)午後1時30分～3時。

会場 区民センター2階第1・2会議室(前田1条11丁目)。

定員 先着70人。当日、直接会場へお越しください。参加無料。

〔詳細〕 保健センター

☎(681)1211

食育教室

小学校の「食育」について学び、子どもに人気の給食メニューを調理して味わってみませんか。

内容 ①講話 今、学校で

は！子どもの食育は！ ②調理実習 人気の給食メニュー。

日時 2月2日(金)、6日(火)のそれぞれ午前10時～午後0時30分。

会場 区民センター3階料理実習室(前田1条11丁目)。

対象・定員 区内在住で4月に小学校入学予定のお子さんを持つ保護者。各回先着20人。参加無料。※託児希望の方はお問い合わせください。

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具。

申込 1月17日(水)～23日(火)の午前9時～午後5時に電話でお申し込みください(土・日を除く)。

〔申込先・詳細〕 保健センター

☎(681)1211

両親教室

初めてご両親になる方を対象に、赤ちゃんの入浴の練習やお父さんの妊婦体験などを行います。新しい家族を迎える準備として、ご夫婦で参加してみませんか。

日時 2月9日(金)午後6時30分～8時30分。

場所 保健センター(前田1条11丁目)。

対象 初妊婦とその夫。

定員 先着35組。参加無料。

持ち物 母子健康手帳・テキスト(わが家に赤ちゃんがや

ってくる)。

申込 1月19日(金)から電話でお申し込みください。

〔申込先・詳細〕 保健センター

☎(681)1211

環境マラソン講座

「エコライフ・エコッキング」

エコライフについて学び、エコッキングで楽しい調理とおいしい食事をしてみませんか。

内容 ①エコライフについてのお話②環境とからだにやさしい調理実習。

日時 1月26日(金)午前9時30分～午後0時30分。

会場 保健センター2階講堂(前田1条11丁目)。

対象・定員 区内在住の方。先着20人。

※託児はありません。

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具。

申込 1月15日(月)～19日(金)の午前9時～午後5時に電話でお申し込みください。

〔申込先・詳細〕 保健センター

☎(681)1211



続けてみよう1ヵ月ヘルシー教室

動脈硬化等の予防のため、健康的な生活習慣を身につけましょう。
日時・内容・場所 左表のとおり。

日程	内容	場所
1日目 2月9日(金) 午後1時30分～3時30分	講話『今日からできる生活改善』 講話『今日からできるヘルシー食生活』	保健センター 2階講堂 (前田1条11丁目)
2日目 2月16日(金) 午後2時～4時	講話『水中運動について』 運動実習『アクアビクス』	手稲曙温水プール (曙2条1丁目)
3日目 3月13日(火) 午後1時30分～3時30分	運動実習『ウォーキング』	区民センター 2階区民ホール (前田1条11丁目)

※3日間1コースです。参加無料。

対象 区内在住の40歳～69歳

で、生活習慣病予防に取り組んでみたい方(6月、10月の講習を受けられた方はご遠慮ください)。

定員 先着25人。

申込 1月12日(金)～2月2日(金)の午前9時～午後5時に電話でお申し込みください(土・日を除く)。

(申込先・詳細) 保健センター
☎(681)1211

国保からのお知らせ

◆忘れていませんか?

平成18年度国民健康保険料の第7期納期限が過ぎています。納め忘れのある方は、お早めに納付してください。

また、事情があつて保険料の納付が困難な方は、お早めにご相談ください。

夜間相談 1月18日(木)、23日(火)、25日(木)、30日(火)の午後8時まで。

休日相談 1月28日(日)の午前9時～午後2時30分。

場所 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

◆口座振替のご利用を

保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。お申し込みは、預金口座のある金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。

☎(681)2400内線394・395
(詳細) 保険年金課収納係

平成19年手稲区成人式のご案内

- ▼日時 1月8日(祝)午後1時30分から30分程度(受付:午後1時から)
- ▼会場 手稲区体育館(曙2条1丁目)
- ▼対象 昭和61年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方(外国人登録している方を含む)
◎案内状の届いていない方、紛失された方は、直接会場で受け付けしてください。

※式典の様子は、手話通訳されます。

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

【詳細】 地域振興課地域活動担当 ☎681-2400内線255

手稲区民

ダンスの集い

日時 1月19日(金)、2月9日(金)のそれぞれ午後1時30分～3時30分。

会場 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

対象 区内在住の方。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。
参加料 200円。

税制改正パネル展を開催します

税源移譲に伴い、平成19年度から個人市・道民税の制度が改正になります。

その概要について、パネル展を開催します。ぜひご覧ください。

申込 当日、直接会場へお越しください。
(詳細) 区民センター
☎(681)5121

10歳のあなたからのタイムカプセル

あなたの《未来》をお届けします!

第4回
～10歳の夢/20歳の夢～

- ▼日時 1月8日(祝)午後2時～3時(成人式終了後)
- ▼会場 成人式会場(手稲区体育館 曙2条1丁目)
- ▼対象 今年の新成人で小学校4年生(平成8年)の時に絵(小学生の夢「10年後のわたしたちのまち、こうだといいなあ～」)を提出された方
◎成人式当日都合の悪い方は、以下の場所でお返しします。
- ▼期間 1月9日(火)～3月30日(金)※土・日・祝日を除く
- ▼時間 午前8時45分～午後5時15分
- ▼場所 区役所3階地域振興課(前田1条11丁目)

【詳細】 地域振興課地域活動担当 ☎681-2400内線255

さい。期間 1月26日(金)～2月2日(金)。
会場 JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)。
また、町内会、老人クラブ等地域団体の会合の際に、ご要望があれば、ご説明に伺っております。ご連絡ください。

☎(681)2400内線282
(詳細) 課税課市民税係

手稲コミュニティ センターから

◆ミニバレー大会

内容 女性チーム、男女混成チームに分かれ、各チームのリーグ戦を経て競います。

日時 1月28日(日)午前9時30分～午後3時。

対象 区内在住の18歳以上の方(学生を除く)。

定員 女性チーム・男女混成チーム(男子は2人以内)、各12チーム。

参加料 1人400円(申し込み時にお支払いください)。

申込 1月15日(月)午前10時から窓口で受け付けます(電話不可)。

◆キムチ漬と韓国料理講習

内容 韓国名物キムチ漬の作り方を習うとともに、韓国料理のお話も聞きます。

日時 2月8日(木)午前10時～正午。

対象 区内在住の18歳以上の方(学生を除く)。

定員 先着16人。

参加料 2千500円(材料費込み、作ったキムチ漬はお持ち帰りいただきます)。

申込 1月29日(月)、30日(火)の午前10時から窓口で受け付けます(電話不可)。

申込先・詳細 手稲コミュニティセンター(手稲本町3条1丁目) ☎681-2133

曙図書館から

◆楽しいお話し会

1月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)、2月3日(土)、10日(土)の午後2時30分～3時。

◆子ども映画会

1月6日(土)、20日(土)、2月3日(土)の午後3時5分から30分程度。

1月10日(水)は施設点検日、24日(水)は図書整理日のため休館となります。

年始は1月1日(祝)～3日(水)の間休館し、4日(木)から開館します。

詳細 曙図書館(曙2条1丁目) ☎685-4946

新発寒地区

センターから

◆新春書初め展

新発寒小・新陵小・新陵東小・新陵中の児童・生徒の作品200点を展示します。

展示日 1月26日(金)～2月3日(土)。

場所 同センターロビー(新発寒5条4丁目)。

詳細 新発寒地区センター ☎684-5571



ー がん検診のお知らせ ー

40歳以上の方を対象に、胃がん、大腸がん検診を行います。以下の日程で実施しますので、ご利用ください。

日時 1月23日(火)

午前8時45分～10時

会場 保健センター1階(前田1-11)

料金 ・胃がん検診のみ：700円

・大腸がん検診のみ：600円

・上記の両方：1,100円

※老人保健法医療受給者と生活保護世帯の方および市民税非課税世帯の方は無料ですので、証明書を持参してください。

申込 事前予約制。同センターに直接か電話で申し込み。申し込み後に受診票と大腸がん検診検体セットを受け取りに同センターまでお越しください。

申込先・詳細 保健センター ☎681-1211

平成18年度 手稲区民講座(区民センター)

	①		②
講座名	生命の貯蓄体操 ～日本式気功養生術～	知らなきや損！ 得するはなし	昔懐かしい手作りおもちゃ &親子でお菓子作り！
実施日	2月1日(木)、8日(木)、 15日(木)、22日(木)、3月 1日(木)	2月6日(火)…天気のはなし 13日(火) 20日(火)…お金のはなし 27日(火)…旬のはなし	2月14日(水)、21日(水) …「おもちゃ」親のみ参加 17日(土)、24日(土) …「お菓子」親子で参加
時間	午前10時～正午	午後2時～4時	午前10時～正午
場所	2階はまなす	3階視聴覚室	2階第4会議室「おもちゃ」 3階料理実習室「お菓子」
定員	先着25人	先着20人	親子12組24人(先着順)
費用	受講料 3,500円	受講料 2,900円	受講料 3,650円(親子1組) 教材費 1,800円(親子1組)
持ち物 など	タオル、ジャージなどの 動きやすい服装	筆記用具	「おもちゃ」…筆記用具、裁縫 道具 「お菓子」…筆記用具、エプ ロン、三角巾

▼対象 ①区内在住か、勤務先のある15歳以上の方(中高生を除く)。②区内在住の小学生とその保護者。

▼申込 ①②とも1月15日(月)から電話で申し込み。午前9時～午後7時に受け付け。

▼費用納入 ①は1月22日(月)～24日(水)、②は1月25日(木)～28日(日)の午前9時～午後7時に区民センター窓口で。一度納入された受講料はお返しできません。

申込先・詳細 手稲区民センター(前田1-11) ☎681-5121

広 告 欄

ウオッチング・ていね

区民みんなの音楽祭～ていね音楽祭(12/3)

区民による手作りの音楽祭として親しまれているていね音楽祭。16回目となった今回も、19グループが日ごろの練習の成果を披露。会場は大きな歓声に包まれました。



▲手話サークルの皆さんが、手話をしながらヒット曲を熱唱



▲結成20周年を迎えたコーラスサークルの素晴らしい歌声が響きます



▲今回特に注目を浴びた高校生ギターデュオ



▲音楽祭の締めくくりを飾る本格的なジャズに会場は盛り上がりしました

自分で打ったそばの味は～そば打ち講座(12/8)

年越しに欠かせないのが「年越しそば」。そこで、自分たちでおいしいそばを打ってみようと講座が開催されました。果たして、おいしいそばはできたでしょうか。



▲簡単に見える生地延ばしも、やってみると意外に難しいです



▲慎重にそばを切り手打ちそばの出来上がり

広 告 欄