

上野幌中学校

～花壇整備～



自分たちの手で整備することで環境への関心を高めようと、学校内にある花壇の整備を毎年行っています。今年もきれいな花を咲かせるよう、保護者などにもお手伝いいただきながら、花壇の整備を行う予定です。

※写真は昨年6月の花植えの様子



広報 あつべつ

6

2012

あつべつカレンダー 6/11～7/10

P 厚別 **O** ページ

マーク：子ども関連

※本誌に掲載している情報から抜粋

詳細はお知らせ（厚別4ページから）・HPをご覧ください。

月	火	水	木	金	土	日
6/11	12	13 P6 囲碁大会 申込開始 P6 将棋大会 申込開始 P7 集団健診	14	15 P6 救命講習 申込開始	16 P4 お話会 P7 集団健診	17
18	19 P4 国保夜間 納付相談 P7 集団健診	20 P4 おしゃべり ひろば 申込開始	21 P4 国保夜間 納付相談	22 P5 コンサドーレ 応援デー 申込締切	23 P4 お話会	24
25	26	27	28 P4 国保夜間 納付相談	29	30 P4 がん検診 申込締切	7/1
2	3	4 P7 集団健診	5 P7 集団健診	6	7 P4 お話会	8 P5 ウォーター スライダー 開放 (～8/26)
9	10					

特集



あったらいいな！をみんなで作る
あつべつ区民協議会

厚別区の
人口・
世帯数

5月1日現在（ ）は前月比

人口 128,771人 (+213)

男 58,960人 (+94)

女 69,811人 (+119)

世帯数 55,579世帯 (+207)

編集

厚別区総務企画課広聴係

〒004-8612
厚別区厚別中央1条5丁目
TEL 895-2400 内線224～226
FAX 895-2403

厚別区民のページ

「あつべつ暮らし」必読フリーペーパー！

あったらいいな!を みんなで作る

あつべつ区民協議会

自分たちの手で厚別区をより良いまちにするために、意見を持ち寄り、課題について話し合い、解決に向けて活動している「あつべつ区民協議会」。
今回は、「あつべつ区民協議会」の取り組みや参加している方々の思いなどを紹介します。

あったらいいな!を話し合う場

「あつべつ区民協議会」は、区民一人一人が、自分たちの住んでいる“まち”に興味を持ち、住み良くするために活動しています。「こんなのがあったらいいな」という思いを話し合い、「いいアイデアはないか」「もっと工夫できることは」とみんなで活発に議論しています。

どんな人が参加しているの?

地域の活動団体や企業・学校などの代表者が参加し、まちづくりに取り組んでいます。

また、一部の会議には、区民も参加し、活発な意見交換をしています。

厚別区役所は、まちづくりのパートナーとして、会議の運営や事業の支援をしています。

あなたの言葉が、あつべつを動かす

まつやま みのもる
松山 瑞穂 さん

区民協議会での言葉がきっかけで、厚別の歴史を振り返る「厚別歴史写真パネル展」や、厚別出身の映画監督、菅原浩志すがわらひろしさんの講演会が開催されました。

ちょっとしたアイデアで“あつべつ”を盛り上げることができるのが活動の醍醐味だいごみですね。



あったらいいな!を実現した主な事業

国道12号線花いっぱいプロジェクト

札幌の東の玄関口をたくさんの花で飾って、訪れる人を迎えようと、1.5kmに約7,000株の花を植えています。



あつべつ☆ちょっと大人のカルチャーナイト

文化や歴史、食などに関する施設を夜に訪問し、昼間とは違った魅力を再発見してもらおうと、秋・冬の年2回開催しています。

厚別区防犯ネットワーク

子どもやお年寄りを犯罪から守ろうと平成24年3月に設立しました。住民・学校・警察・企業などが意見交換を行い、連携を深めています。



他にも、ピカッとあつべつクリーン月間、厚別歴史写真パネル展など、さまざまな事業を行っています。

インタビュー 田中代表に聞く！ これで完成ということはない

—「あつべつ区民協議会」の良いところは、どんなところでしょうか？

(田中代表) さまざまな考えをお持ちの方々が集まり、同じテーブルで活発な意見交換ができることだと思います。また、議論を通じて、人と人とのつながりが広がっていくことも、素晴らしいことだと思います。

— 今後、どういう区民協議会にしていきたいですか？

(田中代表) 区民協議会は、これで完成ということはありません。多くの皆さんに参加してもらって、さら



たなか あきお
田中 昭夫 さん
あつべつ区民協議会代表

に、さまざまな「あったらいいな！」を実現できる区民協議会にしていきたいです。身近なものから、参加することが、まちづくりになると知ってもらいたいですね。

どんなことを協議しているの？

5つのテーマごとに「検討委員会」を設け、さまざまな課題について話し合っています。協議がまとまったものについては実行委員会を立ち上げ、イベントの企画・運営をしています。

● 昨年、検討委員会で話し合われた内容

高齢者と子どもにやさしいまち

- ・世代間交流
- ・高齢者の見守り
- ・地域活動の担い手

副都心活性化

- ・新さっぽろのにぎわい
- ・新さっぽろの将来像

まちづくり参加（協働）の促進

- ・地域の人が集える場
- ・グループで参加できるイベント

安全・安心なまち

- ・防災、防犯
- ・近隣住民間のコミュニケーション

厚別区の魅力発見

- ・区内を散策するイベントの提案
- ・陽だまりロードに関すること

言いたいことが言える場

あべ ようこ
阿部 洋子 さん

検討委員会は、まちづくりについて言いたいことが言える場です。

「どうしてこうなっているのだろうか？」「こんなイベントがあったらいいな！」など、ちょっとした疑問やアイデアも、多くの人と話し合うことで、「ああしたらいい」「こうしたらどうか」と話が広がっていきます。

何よりみんなで考えることが大切ですね。



あなたのまち“あつべつ”について考えてみませんか？

「地域のこんな問題に悩んでいる」「こんな楽しいイベントがあったらいいな」など、より住み良い厚別について、皆さんで考えてみませんか？

検討委員会は、みんなで一緒に考える意見交換の場ですので、関心をお持ちの方はぜひご連絡ください。

みんなで「あったらいいな！」を作りましょう！

詳細

あつべつ区民協議会事務局（厚別区地域振興課内）
☎895-2400 内線 230

～検討委員会のスケジュール～

日 時	テーマ
6月26日(火)10時30分	高齢者と子どもにやさしいまち
7月 3日(火)10時30分	副都心活性化
7月10日(火)10時30分	まちづくり参加（協働）の促進
7月17日(火)10時30分	安全・安心なまち
7月24日(火)10時30分	厚別区の魅力発見



HP: 厚別区役所ホームページに詳しい内容を掲載しているもの

厚別区からの

お知らせ

6月



主な札幌市施設・窓口の一覧

- 厚別区役所 ☎895-2400 (代表)
- 厚別保健センター ☎895-1881
- 厚別区民センター ☎894-1581
- 厚別図書館 ☎894-1590
- 厚別消防署 ☎892-2100
(所在地 厚別中央1の5)
- 厚別区土木センター ☎897-3800
(所在地 厚別町下野幌45-39)

各地区のまちづくりセンター

- 厚別中央 (厚別中央4の3) ☎891-3907
- 厚別南 (厚別南1) ☎891-1666
- 厚別西 (厚別西2の3) ☎891-4555
- もみじ台 (もみじ台北7) ☎897-6121
- 青葉 (青葉町3) ☎892-8177
- 厚別東 (厚別東4の4) ☎897-2885
- 東部市税事務所 ☎802-3912
(所在地 大谷地東2)

6月11日からの内容を掲載しています

区役所から

区役所にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

子育て講座「おしゃべりひろば」



しゃべってスッキリ！子育ての事などを、親同士でおしゃべりしませんか？

▷日時 7月10日(火)・13日(金)
14時～15時30分【全2回】

▷会場 厚別保健センター

▷対象 就学前の子どもの保護者。託児あり

▷定員 10人【先着順】▷費用 無料

▷申込方法 6月20日(水)9時から電話で

申込先 健康・子ども課子育て支援係
☎895-2400内線507



たのしいお話会



▷日時 6月16日(土)、23日(土)、7月7日(土)14時から

▷会場 厚別図書館▷費用 無料。直接会場へ

詳細 厚別図書館☎894-1590

三世代ふれあいキャンプ



▷実施日 6月30日(土)～7月1日(日)

▷場所 小野幌青少年キャンプ場
(厚別町小野幌1938)

▷対象 小学生以上

(小学1・2年生は保護者同伴)

▷定員 100人【先着順】

▷費用 小中学生・高校生1,500円、大人2,000円
※別途保険料120円

▷申込方法 6月11日(月)の10時～14時に参加料を添えて直接

申込先 子ども会厚別区事務局(厚別区民センター内)
☎891-8008



胃がん・大腸がん検診 HP

▷実施日 7月10日(火)8時45分～10時

▷会場 厚別保健センター

▷対象 40歳以上

▷費用 胃がん(バリウム)700円、
大腸がん(検便)400円 ※減免制度あり

▷申込方法 6月30日(土)までに電話かFAXまたはEメールで

申込先 札幌市コールセンター☎222-4894

FAX 221-4894、E info4894@city.sapporo.jp

国民健康保険から HP

平成24年度保険料の納付通知書は6月中旬発送予定です。失業その他の事情により納付が困難な方は、必ずご相談ください。納付通知書の発送後は窓口が大変混雑し、待ち時間が長くなるなど、ご迷惑をお掛けする場合がありますのでご了承ください。

■夜間納付相談 (20時まで)

日中来庁できない方は、夜間納付相談もご利用ください。

▷実施日 6月19日(火)、21日(木)、28日(木)

▷会場 厚別区役所1階9番窓口

(庁舎東側の時間外出入口からお入りください)

詳細 保険年金課☎895-2400内線395～397

障がいに関する相談は在宅相談員へ

障がいのある方やご家族からのさまざまな相談に、電話・面談で対応いたします。お気軽にご相談ください。

■身体障がい者相談員

氏名	住所	電話	区分
おおぎや 扇谷 明美	厚別中央1の7	894-4790 (FAX兼用)	聴覚
よしかわ 吉川 伸子	青葉町6	378-6367 (FAX兼用)	
こばやし 小林 政行	もみじ台南6	898-6566 897-7074(勤)	肢体
なかにし 中西 準三	青葉町3	891-7513	
おおさわ 大澤 幸也	青葉町3	896-7259	
ふくい 福井 裕子	厚別中央1の3	892-6882	

■知的障がい者相談員

氏名	住所	電話
いしかわ 石川 富美子	厚別北3の2	894-5637 080-4581-7648
なかにし 中島 紀久代	厚別北4の3	080-4581-7649

※ ご相談は9時から17時にお願いたします。

詳細 保健福祉課☎895-2400内線359・428

コンサドーレ札幌 厚別区民応援デー

コンサドーレ札幌では日頃の感謝を込めて、厚別区民を厚別公園競技場の試合へ無料でご招待します。

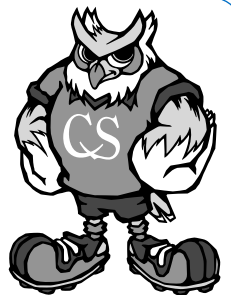
▷日時 7月7日(土)14時～ 対 アルビレックス新潟戦

▷定員 SB自由席300人【多数時抽選】

▷申込方法 往復はがきに観戦希望者の住所、氏名、年齢、電話番号、
返信はがきの宛先を記入して送付。【6月22日(金)消印有効。1人1通のみ】

【申込先】〒062-0045札幌市豊平区羊ヶ丘1番地 コンサドーレ札幌 厚別区民応援デー係
※お問い合わせ ☎858-5310

※応募者の個人情報、コンサドーレ札幌（札幌北海道フットボールクラブ）が適切に管理し、返信はがきの発送および抽選以外には利用しません。



【広告】

青葉中央公園ウオーターライダー開放

▷開放期間 7月8日(日)～8月26日(日)9時30分～16時30分（低温・雨天時中止）

▷場所 青葉中央公園（青葉町5）

▷対象 小学生以下（幼児は保護者同伴）

▷費用 無料。直接会場へ

▷その他 団体でご利用の場合は、事前にお問い合わせください。

【詳細】もみじ台緑地管理事務所 ☎897-7805



厚別区体育館からのお知らせ

■第2期スポーツ講習会(3カ月コース)

講座名	曜日	回数	定員	受講料
<新>二十四式太極拳	月	8回	30人	4,100円
<新>アンチエイジング ^{プラス}	木	11回	30人	5,600円
エアロビクス	火	12回	30人	6,200円
エアロエクササイズ	土	11回	30人	5,600円
ストレッチ&健康美容体操	金	11回	30人	5,600円
ストレッチ&ボディーメイク体操	金	11回	30人	5,600円
簡単ヨガ	月	8回	30人	4,100円
ヨガ(曜日別コースあり)	火水金	8回～	30人	4,100円～
ピラティス	土	11回	30人	5,600円
ZUMBA	木	11回	30人	5,600円
生活習慣改善体操	月	8回	20人	4,800円
やさしい健康運動体操	水	11回	30人	5,600円
アンチエイジング体操(曜日別あり)	月火	8回～	30人	4,100円～
パワーヨガ	火	12回	10人	10,600円
太極拳	月	8回	30人	4,100円～
フォークダンス(初・中級コースあり)	金	10回	30人	5,100円
初めてのバレエ	木	11回	15人	7,700円
卓球(レベル別コースあり)	水金	15回	15人	7,000円
テニス(レベル別コースあり)	月火金	8回～	10人	7,100円～
バドミントン	水	10回	30人	7,000円
バスケットボール	金	10回	15人	7,000円
親子あそび体操(2・3歳児と親)	水	11回	10組	6,700円

▷開講日時

開講日、時間はお問い合わせください。

▷申込方法

6月14日(木)までに直接または電話で【多数時抽選】
(受付時間: 9時～21時)
※多数時抽選日
6月15日(金)10時

▷受講料納入

6月18日(月)～29日(金)に納入
(受付時間: 9時～20時)

▷その他

受講料のほかに施設利用料が必要。その他、受講料の減額制度あり。詳しくは、お問い合わせください。

【申込先】厚別区体育館
(厚別中央2の5)
☎892-0362

厚別南地区センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別南地区センター（厚別南7）☎896-3000

医療講演会

- ▷ テーマ 放射線と医療被ばく ▷ 講師 おのぎきけいいち 小野崎慶一氏（札幌徳洲会病院放射線科・放射線技師長）
▷ 日時 6月27日(水)14時～15時 ▷ 費用 無料。直接会場へ

講座・行事のご案内

講座・行事名	開催日	時間	定員	受講料	教材費
①囲碁大会	6/23(土)	9時30分～15時	30人	無料	無料
②将棋大会	6/30(土)	9時30分～15時	24人	無料	無料
③救命講習(AEDの使い方など)	7/18(水)	14時～17時	20人	無料	無料
④お手軽!自家製燻製作り	7/4(水)	14時～16時	18人	700円	500円
⑤初めての ^{こた} お箏教室	7/7(土)・14(土)・21(土) 【全3回】	13時30分～ 15時30分	15人	1,500円	無料

- ▷ 対象 ①②中学生以上。③～⑤15歳以上（中学・高校生を除く）
▷ 申込方法 ①②は6月13日(水)～16日(土)、③は6月15日(金)～19日(火)（日曜除く）、④⑤は6月20日(水)～23日(土)に電話で【先着順】（受付時間：9時～17時）※定員に満たない場合は、受け付けを継続。
▷ 費用納入 ④⑤6月25日(月)・26日(火)に納入（受付時間：9時～16時）

厚別西地区センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別西地区センター（厚別西4の4）☎896-2000

講座・行事名	開催日	時間	定員	受講料
①ふまねっと運動	6/29(金)	9時30分～11時30分	10人	500円
②赤ちゃんとお母さんの足裏マッサージ!	7/5(木)	10時～12時	親子10組	700円(1組)

- ▷ 対象 ①18歳以上（高校生を除く）②6カ月～3歳の子どもの保護者
▷ 申込方法 ①は6月11日(月)～24日(日)、②は6月11日(月)～30日(土)に電話または直接【先着順】（受付時間：9時～21時）
▷ 費用納入 申込受付期間内に納入

連載
第2回

災害時の支えあい

あなたの近くにも、避難時に助けを必要とする人がいるはずです。厚別東地区の取り組みを例に、地域で支えあう体制をつくりませんか？

STEP1 体制づくり 2. 規約整備 3. 周知・呼び掛け 4. 台帳作成 5. 防災資源の確保 6. 日常の活動 7. 顔合わせ 8. 防災福祉マップ作成

5月号では、災害時の支えあいの概要、厚別東地区の取り組みの全体像を紹介しました。今月からはいよいよ具体的な取り組みを紹介していきます。

ステップ1 体制づくり

活動の中心となる組織・体制をつくりましょう!

災害時の避難支援には、顔の見える関係づくりが大切です。そのために、さまざまな活動の中心となる組織「支援母体」を決めましょう。

たとえば、こんな組織でつくってみませんか？



厚別東地区では・・・

町内会連合会が支援母体となり、社会福祉協議会や民生委員・学校PTAなどの地域の各種団体と協力して体制をつくりました。



各町内会の活動の進行状況を確認し合うことで、地域全体で取り組むことができました。支えあいの体制づくりも、お互いの活動を参考に、助けあいながら進めていけると良いですね。

厚別東町内会連合会副会長



詳細 災害時の支えあいについて
(災害時要援護者避難支援)
厚別東地区の活動について

厚別区保健福祉課 ☎895-2400 内線 342
保健福祉局総務課 ☎211-2932
厚別東まちづくりセンター ☎897-2885

今回は
ステップ2「規約整備」を解説します。



この企画は広報ラジオ番組（77.6 MHz）で毎月放送します。次の放送は6月27日（水）10時45分～。
※過去の誌面とラジオは、厚別区役所ホームページ（<http://city.sapporo.jp/atsubetsu/>）で、ご確認ください。

種類	対象者	主な内容	自己負担額
①健康診査 ※市・道民税非課税世帯の方、生活保護受給世帯の方は無料です。生活保護受給世帯の方は証明書をもちってください。	(特定健康診査) 40歳～74歳で国民健康保険加入の方 ※他の健康保険に加入の方は保険者にお問い合わせください。 後期高齢者医療制度加入の方	診察、計測、血圧、血液・尿検査 ※一定の条件に該当する方のみ、心電図、眼底検査、貧血検査を実施	600円 400円
②付加健診	40歳以上で国民健康保険加入の方、後期高齢者医療制度加入の方	貧血・血液検査、心電図	500円
③胸部エックス線検査	40歳以上の方	胸部エックス線撮影、読影	無料 <small>（かたん）</small> （喀痰検査は400円）
④緊急肝炎ウイルス検査	過去に検査を受けたことがない方	B・C型肝炎ウイルス検査	無料

▷持参するもの ①②事前に送付されている受診券と健康保険証。③④氏名・年齢などが確認できるもの（健康保険証など）
▷日時・会場 ※7月11日以降は、来月号以降でお知らせします。（本年度は12月まで実施予定）

月日	受付時間	実施会場	所在地	月日	受付時間	実施会場	所在地
6/13(水)	9時～11時	ひばりが丘東集会所	厚別中央1の4	7/4(水)	9時～11時	原始林会館	厚別東2の4
	13時30分～15時	上野幌中央会館	上野幌3の5		13時30分～15時	厚別会館	厚別中央4の3
6/16(土)	9時～11時	梅ヶ丘町内会館	上野幌2の1	7/5(木)	9時～11時	原始林会館	厚別東2の4
6/19(火)	9時～11時	厚別南会館	厚別南1		13時30分～15時	上野幌会館	厚別南5
	13時30分～15時	もみじ台南第1集会所	もみじ台南4				

～生活に役立つ行政情報～

あっべっ暮らし便利帳

熱中症に注意しましょう!

気温が急に上がるこれからの季節は、まだ体が暑さに慣れていないため、熱中症になりやすい時期です。適切な予防法を知って熱中症を防ぎましょう。★1

また、熱中症になってしまったときに備え、応急処置★2についても覚えておきましょう。

熱中症の症状

軽度

- めまい
- 立ちくらみ
- 筋肉痛
- 汗がとまらない



中程度

- 頭痛
- 吐き気
- 体がだるい



重度

- 意識がない
- けいれん
- 高体温
- まっすぐに歩けない



<お問い合わせ>厚別保健センター ☎895-1881

★1 熱中症の予防方法

- 日陰を選んで歩く
- 日傘や帽子を利用する
- 水分をこまめにとる
- 無理せず、こまめに休憩をとる

睡眠不足、体調の悪いときは特に注意しましょう。汗をかいたときには塩分の補給も忘れずに!



★2 熱中症になったときの処置

- 涼しい場所に避難する
- 衣服を脱がせ、体を冷やす
- 水分・塩分を補給する

意識がない、反応がおかしい、症状がよくならないなどの場合は救急車を呼びましょう。



特に注意が必要です!



子ども
晴れた日は、地面に近いほど気温が高くなるため、大人以上に暑い環境にいます。



高齢者
暑さやのどの渇きに対する感覚が弱まるため、室内でも熱中症になることがあります。

- ・のどが渇かなくても水分補給
- ・部屋の温度をこまめに測る

長年の活動をたたえて

～札幌市青少年育成委員会委員表彰式～

厚別区では、子どもたちの健全な育成のために、109人の委員が活動しています。

このうち、10年以上務められた皆さんに、これまでの活動や功績をたたえる、感謝状が渡されました。

4月13日 厚別区役所

平成24年度
札幌市青少年育成委員会委員表彰式



リサイクル意識高めて

～「夢市場あつべつ」始まる～

エコへの関心を高めてもらおうと「夢市場あつべつ」が今年も始まりました。

一般のフリーマーケットのほか、家庭で緑に親んでもらおうと、厚別区緑友会から花苗が無料で配られました。

4月30日 ふれあい広場あつべつ



あつべつ暮らしの風景

北星学園大学被災地ボランティア

写真パネル展開催

被災地の状況、復興の様子を札幌でも多くの人に知ってもらおうと、北星学園大学が企画。

同大学の学生ボランティアが被災地で活動する様子や現在の復興状況など、多数の写真が展示されました。

4月29日・30日 サンピアザ光の広場



広報ラジオ番組 厚別ふれあい・ほっと・ステーション

毎週水曜

午前10時45分から

Radio D FMドラマシティ

77.6MHz生放送中!



～これからの放送は～

放送日	内容
6月13日	福祉のまち推進センター
6月20日	もみじ台緑地
6月27日	災害時の支えあい
7月4日	声の広報さっぽろ7月号

※都合により番組内容を変更する場合があります。

77.6MHz

この他の出来事は、区役所ホームページをご覧ください。

広告