

ひがし

区民のページ 2012年 11月

【編集】

東区役所総務企画課広聴係
〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目
☎741-2414 FAX742-4762
E-mail hi.somu@city.sapporo.jp

ネットで検索!

●東区民ホームページ 検索
http://www.city.sapporo.jp/higashi/

●東区広報番組
「東区情報ひろば〜タッピー通信」
さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
毎週水曜日10時30分〜40分



東区の
出来事を
「声」で
届けます

区民センター（北11東7）に ロビーコンサートを 聴きに来ませんか

毎月1回、
区民の皆さんに音楽を身
近に感じていただくことを
目的として、区民センターで
ロビーコンサートを開催して
います。素敵な演奏を聴きな
がら、お昼のひとときを
過ごしてみませんか。

ロビーコンサートに関するお問い合わせ先：
地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2429

写真は、10月15日開催のロビーコンサートの様子
出演：亀岡幻儀（尺八）・山西雅水（琵琶）

次回のロビーコンサート開催 無料

日時：11月19日(月)12時15分〜45分
出演：佐藤翠れん・長沼タツル
曲目：「おぼろ月夜」ほか
ジャンル：ポップス・童謡

11/11〜12/10の ひがしくの催し



FMさっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
「東区情報ひろば〜タッピー通信」放送日(10時30分〜40分)
…「東区 ●」☞

※本誌「東区版」に掲載している情報から抜
粋しています。詳細、その他の情報につい
ては東区版1・3・5〜7☞をご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
11/11	12	13	14 ・絵本の読み聞かせの会 P7 ・たのしいおはなし会 P7	15 ・市税の夜間納税相談 P5 ・ヘルスアップフェア健康講話 P7	16 ・住民集団健康診査 P5 ・おはなし会 P7	17 オータムコンサート P7
18 こども映画会 P7	19 ・ロビーコンサート P1 ・胃がん・大腸がん検診 P5	20	21 絵本の読み聞かせの会 P7	22 市税の夜間納税相談 P5	23	24 お話の扉 P7
25 サンデーサロン P7	26 あかちゃんリズム P5	27	28 ・絵本の読み聞かせの会 P7 ・たのしいおはなし会 P7	29 ・よちよちリズム P5 ・医師の講話 P5 ・市税の夜間納税相談 P5 ・かみかみ P7 ・生ごみ堆肥化セミナー P7 ・お家でできる★チキンスープカレー P7	30	12/1 ・東区民安心安全フォーラム P3 ・おはなし会 P7 ・入門手打ちそば講座 P7 ・冬の工作会 P7 ・クリスマス巨大迷路 P7
2	3	4 プレママクッキング P5	5 ・おもちゃの無料修理 P7 ・絵本の読み聞かせの会 P7	6 市税の夜間納税相談 P5	7 お正月料理教室 P7	8 ・東区食育フェア P6 ・クリスマスのついで P7 ・ひばまつり P7
9 ・エスポラーダ北海道東区民応援デー P6 ・東区少年少女バドミントン大会 P6 ・ほのほのコンサート P7	10 わんぱくリズム P5					



東区の防災の取り組み

東日本大震災のように「天災は忘れたころにやってくる」ものです。大きな災害の発生直後などは、行政による救助や支援が間に合わないことが予想されるため、ご家庭での日ごろからの備えと、隣近所をはじめとした地域の助け合いが重要です。

今回は東区の地域防災の取り組みについてご紹介します。

東区地域防災計画

- 札幌市地域防災計画に基づき、東区民の生命、身体および財産を災害から守るために、東区役所をはじめとする行政組織、地域のコミュニティと住民が協力して、安心安全なまちづくりを進めることを目的に作成した防災計画です。
- 東区の地理的特性を踏まえた防災ビジョン、自主防災組織の推進と災害時にとるべき行動などについて示したものです。

地域防災活動手順書作成中!!

防災訓練のときや、地域の防災リーダーの方が災害時に活動するときに役立ててもらうため「地域防災活動手順書」を作成しています。

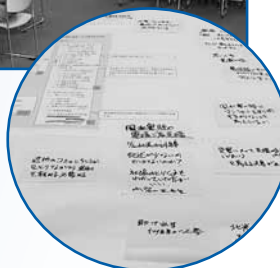
この手順書は、地域防災計画の自助・共助編として「声かけあい、支えあう、安心安全なまちづくり区民協議会」の『防災部会』で、平成25年3月発行に向け作業を進めています。



平成24年度第1回防災部会の様子



地域防災活動手順書の作成に向け活発な意見交換が行われました。



○手順書の内容はどんなもの？

第1編 日ごろの備え
・防災活動のあり方
・地域の備え（共助）について

第2編 災害発生時の行動手順
・大地震が発生した場合
・風水害の恐れがある場合



日ごろの備えの大切さなどを分かりやすくまとめた概要版も作成予定です。

声かけあい、支えあう、安心安全なまちづくり区民協議会

東区の各地区連合町内会や各種団体、「防災」「防犯」「交通安全」に関する関係機関で構成され、「あいさつ・声かけ運動」を基調にし、運動の普及拡大や、ネットワークの強化などを図りながら、東区の安心安全なまちづくりを進めています。



東区防災訓練を実施しました！

●平成24年度東区防災訓練が、8月30日に実施され、東消防署と東消防団による応急手当訓練などの体験型訓練に加え、避難場所開設・運営訓練が行われました。

●収容避難場所に見立てた大型テントでは、参加者代表による避難場所運営委員会の設立や運営会議開催の訓練を行い、避難場所開設から自主運営に移行するまでの手順を学びました。

●間仕切りで仕切られたスペースの狭さを実感し、避難場所の展示物を見ながら日ごろの備えを話し合うなど皆真剣な表情で訓練に取り組んでいました。



避難場所開設・運営訓練説明中



避難場所運営会議開催訓練

防災関係パンフレット

●日ごろの備えとして、何をすればよいのかわからない、防災訓練をやりたいという皆さんへ、東区および札幌市で発行している防災活動に関するパンフレットやハザードマップがあります。

●東区役所またはお近くのまちづくりセンターまでお問い合わせください。



東区民安心安全フォーラム

東区役所誕生40周年を記念して、安心安全に関わるフォーラムを区民協議会と共催し、開催します。

日時：12月1日(土)

場所：東区民センター大ホール（北11東7）

問い合わせ：東区役所総務企画課地域安全担当
☎741-2409

●『東区40年の歩み』パネル展

東区の街並みや出来事を写真と年表で紹介します。

日時：11月29日(木)～12月5日(水)

場所：東区民センター1階ロビー（北11東7）

問い合わせ：東区役所総務企画課広聴係
☎741-2414



今年は東区が誕生して40周年の節目の年です。東区では、40周年の記念事業を企画しています。開催時期が近づきましたら随時ご案内します。



東区役所内に直通の電話番号ができました

東区役所の電話番号は、これまで☎741-2400の代表番号のみでしたが、繁忙期などには電話交換が混み合い、ご不便をお掛けする場合もありました。平成24年11月からは、各課に直通番号でおかけいただくことができます。

「担当課が分からない」「区役所業務全般」などの場合は、これまでどおり代表電話☎741-2400をご利用ください。

業務内容		担当課・係	電話番号	
区政全般に関すること、区庁舎管理について		総務企画課	庶務係 741-2409	
防犯、交通安全、災害対策など				地域安全担当
選挙、区選挙管理委員会について			選挙係	741-2412
広報、広聴、市政相談など			広聴係	741-2414
まちづくり活動、住民組織振興など		地域振興課	741-2429	
戸籍の届出、埋火葬許可など		住民課	戸籍係 741-2439	
住所異動、住民票・戸籍証明、印鑑登録など			住民記録係 741-2449	
民生委員・児童委員、老人クラブ、福祉のまち推進事業など		保健福祉課 (介護障がい担当含む)	地域福祉係 741-2459	
児童手当、児童扶養手当、各種医療費助成など			活動推進担当	
介護保険の給付（住宅改修、福祉用具、高額サービス費、負担限度額認定証の申請など）、障がい者交通費助成、敬老バス、敬老手帳など			福祉助成係 741-2461	
介護認定、身体・知的障がい者（児）の手帳交付・相談・支援など			給付事務係 741-2462	
高齢者の相談、精神障がい者（児）の手帳交付・相談・支援など		福祉支援係 741-2463		
高齢および障がい福祉の初回相談など		保健支援係 741-2465		
国民健康保険後期高齢者医療		保険年金課	相談担当 741-2466	
高額療養費・限度額証・療養費・葬祭費などの給付申請、特定健診受診券再発行			給付係 741-2529	
国民健康保険後期高齢者医療介護保険			加入・脱退・住所変更など、保険証再交付、遠隔地証交付など 保険料の納付相談	保険係 741-2532
国民年金			年金係 741-2536	
生活保護について		相談および申請受け付けなど	相談担当 741-2479	
		保護一課	741-2468、2473、2475、2476	
		保護二課	741-2482、2488、2493、2497	
		保護三課	741-2498、2499、2505、2506	
		保護四課	741-2511、2513、2514	

土木センター、保健センターの電話番号は今までどおりです。

業務内容	担当	電話番号	
道路、街路樹、公園、除雪など	土木センター	781-3521	
乳幼児健診、母子手帳、保育所、特定疾患など	保健センター	711-3211	
子育て支援、子育てサロンなど		子育て支援係	712-6331
飲食店営業許可、畜犬登録など		生活衛生係	711-3213



東区マスコットキャラクター「タッピー」

11月11日～12月10日

平成24年10月1日現在の人口・世帯数
人口 257,367人 (前月比+61)
世帯数 121,669世帯 (前月比+101)

東区関連の主な施設

東区役所関連

- 東区役所 ☎741-2400
〒065-8612 北11条東7丁目
- 東区土木センター ☎781-3521
〒065-0033 北33条東18丁目
- 東保健センター ☎711-3211
〒065-0010 北10条東7丁目
- 北部市税事務所
〒060-8641 中央区北4西5アステイ45 9階
- 市税証明・口座振替担当 ☎207-3912
- 納税相談担当 ☎207-3913
- 個人の市・道民税担当 ☎207-3914
- 固定資産税・土地担当 ☎207-3917
- 固定資産税・家屋担当 ☎207-3918

まちづくりセンター

- 鉄東 ☎721-3105
〒060-0909 北9条東5丁目
- 北光 ☎721-1271
〒065-0018 北18条東5丁目
- 北栄 ☎721-6336
〒065-0025 北25条東7丁目
- 栄西 ☎752-9536
〒007-0842 北42条東4丁目
- 栄東 ☎711-2203
〒007-0841 北41条東14丁目
- 元町 ☎781-5375
〒065-0020 北20条東20丁目
- 伏古本町 ☎784-5534
〒007-0863 伏古3条3丁目
- 丘珠 ☎781-4283
〒007-0880 丘珠町183-2

- 札幌 ☎783-3608
〒007-0807 東苗穂7条2丁目
- 苗穂東 ☎742-4427
〒065-0043 苗穂町3丁目

区民センター・地区センターなど

- 東区民センター ☎742-5500
〒065-0011 北11条東7丁目
- ふしこ地区センター ☎785-6323
〒007-0871 伏古11条3丁目
- 栄地区センター ☎704-6005
〒007-0836 北36条東8丁目
- 苗穂・本町地区センター ☎784-7833
〒065-0042 本町2条7丁目
- 東区社会福祉協議会 ☎741-6440
〒065-0011 北11条東7丁目
- 東老人福祉センター ☎741-1000
〒007-0841 北41条東14丁目

区役所や区民センター、保健センターの駐車場が大変混雑しています。お越しの際は、できるだけ公共交通機関をご利用願います。



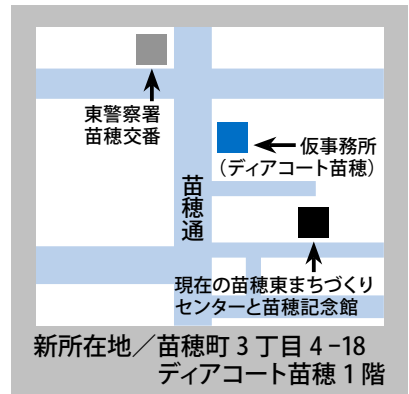
苗穂東まちづくりセンターが一時移転します

苗穂東まちづくりセンターと苗穂記念館は、老朽化のため現在地において建て替えを行います。これに伴い11月19日(月)から仮事務所に一時移転します。

※苗穂記念館の貸室の使用は10月31日(水)までです。

現在の建物は12月以降に解体します。新しい苗穂東まちづくりセンターと苗穂記念館の開所予定については、後日お知らせします。

詳細 地域振興課まちづくり推進係 ☎741-2429



親子リズム体操

親子で楽しく体を動かしてリフレッシュしましょう!

無料

	あかちゃんリズム	よちよちリズム	わんぱくリズム
日時	11/26(月) 10時30分～11時30分	11/29(木) ①10時30分～11時30分 ②13時30分～14時30分	12/10(月) 10時30分～11時30分
対象	平成23年12月～ 平成24年6月生まれ	平成22年12月～ 平成23年11月生まれ	平成18年4月～ 平成22年11月生まれ
講師	みやもとるみこ 宮本留美子氏 (健康運動指導士)		たけぐちあつこ 竹口敦子氏 (札幌大谷大学短期大学部 保育科専任講師)
定員	50組 (先着順)	①②各25組 (先着順)	20組 (先着順)
申込	11/12(月)	11/19(月)	11/27(火)
上記申し込み日9時から電話で申し込み			

会場 東保健センター 詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331

保健センターから

- ① ウイルス性肝炎の最新治療と日常生活の注意点(医師の講話)
日時 11月29日(木)18時30分～20時
対象 どなたでも参加できます。当日、直接会場にお越しください(無料)。
- ② プレママッキング
日時 12月4日(火)10時～13時。
対象 初めて出産される妊婦の方。
申込 11月26日(月)の17時までに電話で申し込み(無料)。
- ③ 胃がん・大腸がん検診
日時 11月19日(月) (受付時間は8時45分～10時)。
対象 東区にお住まいの40歳以上の方。
費用 胃がん700円、大腸がん400円 ※減免制度あり。
申込 11月14日(水)までに電話または直接窓口で申し込み。

①～③共通

会場 東保健センター。
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎(711) 3211

④ 住民集団健康診査
日時 11月16日(金)9時30分～11時30分、13時30分～15時。
会場 東区民センター。

対象 札幌市にお住まいの40歳以上の方。受診券、保険証を持参。
詳細 実施内容については健康・子ども課健やか推進係 ☎(711) 3211、受診券については保険年金課 ☎(741) 2529

市税の夜間納税相談

毎週木曜日(祝日除く)17時15分～20時に夜間納税相談を行っています。

会場・詳細 北部市税事務所(中央区北4西5アステイ459階) 納税課 ☎(207) 3913



東区もっとモーツと牛乳・乳製品!

日時 12/8(土)13時～15時30分。

会場 アリオ札幌 1階 (北7条東9丁目)。

★第一部 トークショー 13時～14時

「教えて!プロ野球選手のカラダづくり」

出演:北海道日本ハムファイターズ監督 ^{くりやまひでき} 栗山英樹氏
北海道日本ハムファイターズ専属管理栄養士 ^{からさわりのり} 柄澤紀氏

※椅子席(100席)は事前申し込みが必要です。

対象 東区にお住まいの小・中学生(小学生は保護者同伴)。

申込 往復はがきに返信先(返信はがき)と、住所、電話番号、代表者および同席者全員(1枚で4人まで)の氏名、年齢、監督または管理栄養士さんへの質問を記入し下記に送付。1組につき1通のみ有効。応募多数の場合は抽選。結果などは返信はがきでお知らせします。

送付先

〒065-0010 東区北10条東7丁目
東保健センター「トークショー」係

申込期限 11/20(火)。必着。

★第二部 14時30分～15時30分

- ・体験コーナー 各20人
(アイスクリーム作り:幼児、バター作り:小学生)
- ・展示コーナー(牛乳・乳製品についてほか)
- ・レシピ配布(東区もっとモーツと牛乳・乳製品!レシピ集ほか)

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211

エスポラーダ北海道 東区民応援デー

フットサルクラブ「エスポラーダ北海道」のホームゲームに、東区にお住まいの方20組40人(A自由席)をご招待します。たくさんのご応募、お待ちしております!

対象試合 エスポラーダ北海道vs府中アスレティックFC。

日時 12/9(日)13時キックオフ。

会場 北海きたえーる(豊平区豊平5条11丁目)。

申込方法

往復はがきに代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、返信先(返信はがき)を記入し下記に送付。1組につき1通のみ有効。応募多数の場合は抽選。結果などは返信はがきでお知らせします。

詳細・送付先

〒060-0001
中央区北1条西4丁目2-2
札幌ノースプラザ6階

エスポラーダ北海道 東区民応援デー係 ☎206-4285

申込期限 11/22(木)。当日消印有効。

その他

応募者の個人情報は、一般社団法人エスポラーダ北海道スポーツクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送以外には利用されません。



© ESPOLADA HOKKAIDO

表中の記号の見方

直接会場 = 当日直接参加するもの 要申込 = 事前申し込みが必要なもの
先着 = 先着順 抽選 = 多数時抽選

区内各施設の講座など

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方(中高生を除く)です。

東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/higashi-gym/index.html>

■東区少年少女バドミントン大会参加者募集

日時 12/9(日)9時～17時(8時45分受け付け開始)。
対象・定員 東区にお住まいか、東区内でバドミントンのクラブ・サークル活動をしている小学1年生～中学3年生。140人(先着順)。※中学生の全市ベストエイト経験者は参加できません。
参加料 1人1,000円。
申込日 11/19(月)～24(土)9時～20時に、参加料を添えて直接窓口で申し込み。
その他 詳細は東区体育館までお問い合わせください。



■1月開講スポーツ教室受講生募集

[申込] 申込期間の9時～20時に電話または直接窓口で申し込み。日時、受講料などの詳細については、東区体育館にお問い合わせください。
※受講料のほか毎回施設利用料が掛かります(一般390円、高齢者(65歳以上)130円、高校生230円)。

対象	募集内容・教室名	申込日(期間)・備考
一般男女(16歳以上)	【フィットネス系】ヨガ、リズム体操、健美操、骨盤体操、ZUMBA、からだ改善教室など 【球技系】卓球(入門～上級)・バドミントン(初級、中級)・テニス(初級～中上級)・ゴルフ	12/1(土)～8(土)
2歳～小学6年	【2～3歳】親子体操【年少】げんきキッズ年少【小学1～6年】少年少女テニス・少年少女バドミントン【小学3～6年】少年少女卓球	

広告

自転車に乗りながらの携帯電話の使用は大変危険です。絶対にやめましょう。



ちあふる・ひがし（東区保育・子育て支援センター） 北9条東7丁目 ☎711-7807

〔申込〕 申込開始日の10時から電話または直接窓口で申し込み。
〔その他〕 「サンデーサロン」(11/25(日)10時～12時)を開催。直接会場へお越しください。詳しくはお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
かみかみ (9カ月～1歳ごろの離乳の進め方)	11/29(木)14時～15時	無料	要申込 先着 10組	11/15(木)～〔対象〕 離乳後半のお子さんと保護者
しめ縄リース作り (つげを使ったしめ縄作り)	12/18(火)10時～11時30分	教材費500円程度	要申込 先着 10組	12/4(火)～〔対象〕 就学前のお子さんの保護者

元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841 <http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/motomati/motomati.html>

〔その他〕 「おはなし会」(11/16(金)「たたいてみよう」、12/1(土)「ぐりとぐらのおきゃくさま」、11時～)を開催。直接会場へお越しください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
おもちゃの無料修理	12/5(木)13時～16時	無料	直接会場	修理が必要なおもちゃを持参

東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 http://www.higashi-kumin.jp/pc_web/top_top.html

〔申込〕 ①は申込期間の10時～17時に電話または直接窓口で申し込み。
②は申込期間の9時～17時に区民センター図書室に電話☎742-8112または直接図書室窓口で申し込み。
〔その他〕 「子ども映画会」(11/18(日)14時30分～、定員60人)を開催。直接会場へお越しください(詳細:区民センター図書室 ☎742-8112)。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①人気おそば屋に教わる 入門手打ちそば講座	12/1(土)10時～13時	受講料 800円 教材費 1,200円	要申込 先着 20人	11/12(月)～
②冬の工作会 万華鏡作り	12/1(土)14時～15時	受講料 350円	要申込 先着 15人	11/15(木)～〔対象〕 幼児から小学校低学年(幼児は保護者同伴)

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www4.ocn.ne.jp/~fushiko/>

〔申込〕 ①申込日の9時～17時に電話または直接窓口で申し込み。②申込日の9時10分～20分に窓口で整理券配布。定員を超えた場合は即時抽選、決定。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け(先着順)。
〔その他〕 「絵本の読み聞かせの会」(11/14、21、28、12/5(木)15時～)、「クリスマスのつどい」(12/8(土)14時～)を開催。直接会場へお越しください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①生ごみ堆肥化セミナー	11/29(木)13時30分～15時30分	無料	要申込 先着 15人	11/15(木)
②お正月料理教室 ～重箱に詰めてみましょう～	12/7(金)9時30分～12時30分	受講料 800円 教材費 1,200円	要申込 抽選 12人	11/16(金)

栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.sakae-center.com/>

〔申込〕 ①申込日の9時～17時に電話で受け付け。翌日9時に受講者を決定。定員を超えた場合は抽選。結果は電話で通知。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け(先着順)。
〔その他〕 「手打ちそば入門」(12/18(火))「手軽に作ろう!おせち料理」(12/19(水))「お話の扉」(11/24(土))などを開催。詳しくはお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①お家でできる★ チキンスープカレー	11/29(木)10時～13時	受講料 800円 教材費 800円	要申込 抽選 12人	11/12(月)い、で、こ 〔講師〕 井手剛氏(スープカレーらっきよ店主)
ほのぼのコンサート ～ゆたかなオーケストラにのせて～	12/9(日)14時(開場13時30分)	無料	入場整理券必要	東区民センター、区内各地区センターで整理券配布中 〔出演〕 幌都交響楽団

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.nh-chikucen.com/>

〔その他〕 ①講師: いけだ内科循環器クリニック院長 ^{いけだかつや}池田勝哉氏。
「たのしいおはなし会」(11/14、28(木)11時～)を開催。直接会場へお越しください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①ヘルスアップフェア健康講話	11/15(木)14時30分～15時30分	無料	要申込	募集中〔申込〕 電話または直接窓口で申し込み

児童会館 <http://www.syaa.jp/>

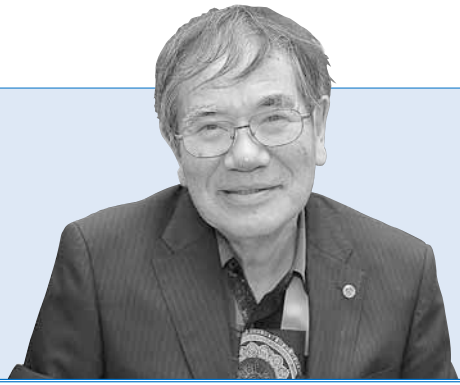
- オータムコンサート
(新生・11/17(土)15時～16時)
- クリスマス巨大迷路
(元町南・12/1(土)14時～16時)
- ひばまつり
(丘珠ひばり・12/8(土)13時30分～16時)



毎月、子どもたちが興味を持つような行事をたくさん行っています。詳細については、各館にお問い合わせください。

新生	北8東7	☎711-1339	東苗穂	東苗穂5-2	☎786-3191
栄西	北46東5	☎752-8363	元町	北21東18	☎784-6664
北栄	北30東6	☎711-3755	伏古	伏古10-3	☎782-5620
北光	北18東5	☎753-6353	札苗	東苗穂9-3	☎791-5200
元町南	北16東16	☎785-6148	丘珠たから	北35東23	☎784-8095
ひのまる	北38東9	☎752-1551	丘珠ひばり	北丘珠4-1	☎785-6137
苗穂	苗穂町5	☎711-8433	※全館で中学・高校生の夜間利用可能		





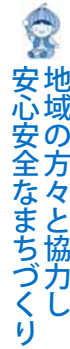
あら き ひでゆき
新木 秀幸 さん
鉄東地区防火・防災
委員会会長



①鉄東地区安心安全なまち連絡協議会総会
②秋の交通安全街頭啓発



まちづくりに励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。今月は鉄東地区防火・防災委員会会長の新木秀幸さんをご紹介します。



地域の方々と協力し
新木さんは現在、鉄東地区の防火・防災委員会会長として地域の防火・防災活動をはじめ、鉄東地区連絡協議会、地域安全活動推進委員会など精力的に活動されています。「突然起こる災害に対し防災用品や住まいの整備など日ごろからの準備が不可欠ですが、その中でも隣近所、地域の方々との日常的な交流が一番大切だと思います。町内会館を利用した、子育て世代の交流や、一人暮らしのお年寄りの方が参加するふれあいサロン活動などを通じ、地区の住民同士のつながりを深め、災害などの非常時に、お互いの安否状況がより早く把握できる絆の強い鉄東地区を目指したいと思います」と笑顔を見せた新木さん、今後もがんばってください。



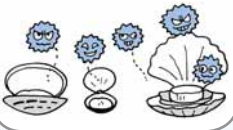
いきいき!!タッピー健康ライフ
～寒い季節の食中毒予防～

冬の足音が一步步近づくこの時期、寒い季節でも、注意が必要な食中毒について予防法などをご紹介します。

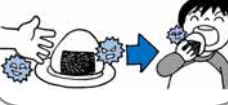
ノロウイルスにご注意を!!

- ノロウイルス食中毒は11月～3月の冬季に多く発生しています。感染力が強く、家族など身近な人が発症すると、周りの人にうつしてしまうことがあります。正しい消毒方法で感染を防ぎましょう!
- 主な症状として、感染してから24時間～48時間後に嘔吐・腹痛・下痢・発熱などの症状が現れます。
- 主な原因

①生あるいは加熱不十分な二枚貝を食べて感染。



②感染した人が手をよく洗わずに調理した食品を食べて感染。



③感染した人の便や嘔吐物を処理するときに感染。



- 東区ホームページでは、その他の食中毒についても紹介しています。「ナオちゃんとモリちゃんの食品衛生教室」

http://www.city.sapporo.jp/higashi/annai/g_hokencenter.html#naomori

詳細：健康・子ども課生活衛生係 ☎711-3213

ノロウイルス感染予防消毒方法

- 手洗いが最大の予防方法です。
→調理前、食事前、トイレの後はしっかり手洗いをしましょう。
- 食材はしっかり加熱します。
→食材の中心部まで十分に加熱します。食材の鮮度は関係ありません。
- 調理器具はよく洗い、消毒します。
→十分に洗った後、熱湯(85℃以上)で1分以上の加熱をするか、塩素系漂白剤で消毒しましょう。
- 感染者からの感染を予防します。
→便や嘔吐物を処理するときは、使い捨てのマスクと手袋を着用しましょう。

