

# ていね

「ていねっていいね」  
みなさんと一緒につくる

TEINE



人口140,835人（前月比-3）  
世帯数58,011世帯（前月比-3）  
平成26年9月1日現在



▲手稲区の魅力をPRしてもらおうと、区とゆかりのある民謡歌手の伊藤多喜雄（いとう・たきお）さん（写真右）に「手稲区ふるさと大使」を委嘱しました（9月15日）。



▲てっぽく・ひろばと手稲鉄北小学校体育館で、震度7の地震発生を想定した「手稲区防災訓練」が実施され、地域住民や手稲済仁会病院の職員など、約500人が参加しました（8月29日）。



▲「がる川どじょうまつり」が開催され、子どもたちがドジョウつかみに挑戦しました。また、会場で集められた「手稲山募金」が手稲区長に贈呈されました（9月15日）。



▲「手稲区健康っていいねフェア」が開催され、来場者は健康づくりについて学びました（9月13日）。



▲区民センターで「食」の大切さを学ぶ「若者向け料理教室」が開催されました（9月11日）。



▲手稲コミュニティセンターで「平成26年度手稲区中学校生徒会サミット」が開催され、区内の全9中学校の生徒会役員が、日頃の活動やいじめなどについて話し合いました（8月19日）。



▲「第18回手稲山口運河まつり」が山口運河河畔と星置中学校で開催され、地元の家族連れなど、多くの来場者が運上船「運河丸」の試乗や山口音頭などを楽しみました（9月7日）。

編集手稲区役所総務企画課広聴係 〒006-8612 札幌市手稲区前田1条11丁目  
Tel:681-2432(直通) Fax:681-6639  
ホームページ「ていねっていいね」<http://www.city.sapporo.jp/teine/>

手稲区マスコットキャラクター ていね





ていねやまっていいね

# 10月23日は 手稲山の日



多くの人たちに親しまれ、愛されている手稲山。10月23日は「手稲山の日」と、平成26年6月に定められました。そこで今回は、手稲山の魅力についておさらいしてみましょう。

## 山 頂

頂上にそびえ立つアンテナ群。テレビやラジオの送信所が立ち並び、道央一円の世帯に電波を送っています。また、山頂眺望スペースには、手稲山の西側に広がる山々の眺望を解説する案内板が設置され、山頂を訪れる登山者たちの目を一層楽しませています。



## 登 山

区内からは手稲山北尾根ルートを利用します。このルートは健脚者向けで、入り口は2つあります。「手稲本町入口」から登ると広大な石狩平野と日本海（写真1）を望むことができます。「金山入口」近くには星置の滝や乙女の滝があります。手稲区では、普段は登ることができない手稲側から山頂までの登山を楽しむことができる年に一度の特別企画「手稲山ウオーキング」（写真2）を7月に実施しています。小さいお子さんや初心者の方でも参加できます。気軽に手稲山に親しむことができる、と好評のイベントです。



## 手稲山の魅力を山の 愛好家に聞きました

▼手稲山の自然を愛する区民グループ「やまなみ手稲」の代表濱谷義昭さん

手稲山は、小さい頃から慣れ親しんだ場所。かれこれ50年以上の付き合いです。頂上からの360度のパノラマは絶景。札幌のほか、小樽、石狩の街並みが一望でき、晴れた日には羊蹄山がくっきりと見えます。また、冬の手稲山では、何とも言えない静けさの中、辺り一面真っ白な雪の上をスノーシューを履いて、自由に歩き回れる開放感が最高です。でも、山の中では予測できない状況に遭遇することもあります。安全には十分気を付けて山を楽しんでくださいね。





このページに関する問い合わせは  
総務企画課広聴係 ☎(61)2432



変わる山の姿や周りの景色、そこに生息する生き物や草花など、手稲山にはまだまだ知られていない魅力がたくさんあります。自分だけの手稲山の魅力を探して家族や友人に自慢してみませんか？

春・夏・秋・冬と  
変わる山の姿や周りの景色、そこに生息する生き物や草花など、手稲山にはまだまだ知られていない魅力がたくさんあります。自分だけの手稲山の魅力を探して家族や友人に自慢してみませんか？



▲山頂にある三角点

四季折々の豊かな自然に恵まれ、手稲区のシンボルとなっている手稲山。大都市の近くに位置する1000メートル級の山という類を見ない貴重な地域資源です。  
今年、「山の日」(8月11日)が国民の祝日に制定され、2016年(平成28年)から施行されます。これは「山に親しむ機会を得て山の恩恵に感謝する」ことを趣旨としています。手稲区においても、多くの市民に手稲山に関心を持ってもらえるよう、今年の6月27日に行われた区民協議会「ていねっていいねー区民の集い」で、区内の連合町内会やまちづくり

## 三浦雄一郎さんの講演会を開催

80歳でエベレスト登頂の快挙を成し遂げ、今なお熱い魂を持ち続ける冒険家・プロスキーヤーの三浦雄一郎さん。昨年の10月23日に「手稲区親善大使」に就任した三浦さんを講師に迎え、手稲山の魅力について話していただきます。



▲手稲区親善大使委嘱状授与式での三浦さん(左)と本間手稲区長(右)

日時 10月23日(木)  
13時30分～15時

場所 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

定員 100人(多数時抽選)

費用 無料

申込 10月15日(木)までに市コールセンターへ電話、ファクス、Eメールで申し込み

《申込先・問い合わせ先》

市コールセンター

☎222-4894 ファクス221-4894

Eメール info4894@city.sapporo.jp

## 西区側の「平和の滝入口」からは山頂まで登ることができます

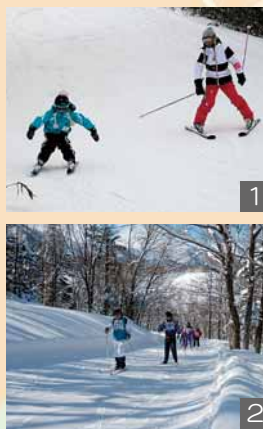


## ウインタースポーツ

1972年第11回冬季オリンピック札幌大会の会場となった手稲山。2017年2月に開催される第8回冬季アジア大会でもスキー競技の会場になる予定です。

手稲区では、12月に「親子スキー教室」(写真1)、2月にはスノーシューや歩くスキーで手稲山の森林を散策するなどのイベントが盛りだくさんの「雪の祭典」(写真2)を実施しています。

今年2月には手稲区マスコットキャラクター「ていぬ」が手稲山のグレンデでスキーを初披露しました(写真3)。



## さっぽろ自然歩道ガイドマップを配布しています

手稲山に関するルートをはじめ三角山、藻岩山、白旗山などに関する8つのルートに掲載。

配布場所 区役所1階①番窓口広聴係

《詳細》みどりの推進部みどりの管理課 ☎211-2536



### 手稲本町入口詳細



## ■総務企画課

庶務係 ☎ 681-2425  
 地域安全担当 ☎ 681-2425  
 選挙係 ☎ 681-2427  
 広聴係 ☎ 681-2432  
 ■地域振興課 ☎ 681-2445  
 ■戸籍住民課  
 戸籍係 ☎ 681-2448  
 住民記録係 ☎ 681-2451

## ■維持管理課

（土木センター） ☎ 681-4011  
 ■保健福祉課  
 地域福祉係 ☎ 681-2478  
 福祉助成係 ☎ 681-2487  
 給付事務係 ☎ 681-2491  
 福祉支援係 ☎ 681-2492  
 保健支援係 ☎ 681-2497  
 相談担当係 ☎ 681-2504

## ■健康・子ども課

（保健センター） ☎ 681-1211  
 子育て支援係 ☎ 681-1342  
 ■保護課  
 相談担当係 ☎ 681-2549  
 ■保険年金課  
 保険係 ☎ 681-2568  
 収納係 ☎ 681-2575  
 年金係 ☎ 681-2584

## 市税に関すること

■西部市税事務所（西区琴似3-1）  
 市税証明・口座振替 ☎ 618-3912  
 納税相談 ☎ 618-3913  
 個人の市・道民税 ☎ 618-3914  
 固定資産税（土地） ☎ 618-3917  
 固定資産税（家屋） ☎ 618-3918  
 ■中央市税事務所（中央区北2東4）  
 軽自動車税 ☎ 211-3076

楽しい音楽家「ミックス  
 ジュースユニット」の楽しい  
 乳幼児向けステージです。歌  
 遊びや手遊びなどを、家族で  
 楽しみませんか。  
 日時 10月18日（土）10時30分～  
 11時30分（開場10時15分）。  
 場所 区民センター2階区民  
 ホール（前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんとそ



◆親子ハッピー劇場／笑顔  
 いっぱい親子で楽しもう！

## 子育て支援係から

手稲区からの  
**お知らせ**  
 10月11日～11月10日  
 の区内の情報です



◆北海道科学大学との合同講  
 演会「認知症の予防について」  
 内容 認知症の予防法や診断  
 と治療、認知症の方が利用で  
 きる制度など認知症の基礎知  
 識についての解説。  
 講師 松原三智子氏（北海道  
 科学大学准教授）。  
 日時 11月1日（土）15時～16  
 時

## 曙図書館から

◆子育て支援係 ☎ 681-1342  
 申込 10月20日（月）9時から電  
 話で申し込み。  
 （申込先・詳細）健康・子ども課  
 子育て支援係 ☎ 681-1342

の保護者。  
 定員 先着20人。  
 費用 無料。  
 申込 当日、直接会場へお越  
 しください。  
 ◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

定員 先着20人。  
 費用 無料。  
 申込 10月20日（月）9時から電  
 話で申し込み。  
 （申込先・詳細）健康・子ども課  
 子育て支援係 ☎ 681-1342

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子ども映画会  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆人形劇・腹話術  
 日時 11月8日（土）14時～15  
 時。  
 場所 同館2階第1集会室。  
 対象 小学校低学年以下。  
 定員 先着100人。  
 費用 無料。  
 申込 当日、直接会場へお越  
 しください。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆お出かけ元気キャラバン  
 認知症予防のための「楽し  
 い脳トレ」と体操。  
 講師 伊藤誠也氏（介護予防  
 センター主任相談員）。

## お出かけ元気キャラバン

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て支援係 ☎ 681-1342  
 申込 10月20日（月）9時から電  
 話で申し込み。  
 （申込先・詳細）健康・子ども課  
 子育て支援係 ☎ 681-1342

の保護者。  
 定員 先着20人。  
 費用 無料。  
 申込 当日、直接会場へお越  
 しください。  
 ◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆お出かけ元気キャラバン  
 認知症予防のための「楽し  
 い脳トレ」と体操。  
 講師 伊藤誠也氏（介護予防  
 センター主任相談員）。

## お出かけ元気キャラバン

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て支援係 ☎ 681-1342  
 申込 10月20日（月）9時から電  
 話で申し込み。  
 （申込先・詳細）健康・子ども課  
 子育て支援係 ☎ 681-1342

の保護者。  
 定員 先着20人。  
 費用 無料。  
 申込 当日、直接会場へお越  
 しください。  
 ◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

◆子育て講座／普段の食事を  
 見直してみよう  
 講師 能戸英里氏（のこたべ  
 子どもごはん研究家・栄養  
 士）。  
 日時 11月10日（月）10時～11時  
 30分。  
 場所 保健センター2階講堂  
 （前田1条11丁目）。  
 対象 就学前のお子さんを持  
 つ保護者。  
 ※講座へのお子さんの同伴は  
 ご遠慮ください。希望者には  
 託児を行います。

◆楽しいお話し会  
 日時 10月11日（土）、18日（土）、  
 25日（土）、11月1日（土）14時30分  
 ～15時。  
 日時 10月18日（土）15時5分か  
 ら30分程度。  
 ※10月22日（水）は図書整理日の  
 ため休館します。  
 （詳細）曙図書館（曙2条1丁  
 目） ☎ 685-4946

## 保健福祉課から

◆手稲区ケア友の会／認知症  
 の方を介護する男性のつどい  
 内容 講演「家で気持ち良く  
 過ごすためのコミュニケーション  
 ションの取り方」と交流会。  
 講師 岡田京子氏（株式会社  
 ライフケア彩り代表取締役）。  
 日時 10月24日（金）13時30分～  
 15時30分。  
 場所 区民センター2階第  
 1・2会議室（前田1条11丁  
 目）。  
 対象 区内在住で認知症の方  
 を介護する男性。  
 費用 無料。  
 申込 10月17日（金）までに電話  
 かファクスで申し込み。ファ  
 クスの場合、住所、氏名、年  
 齢、電話番号を明記。  
 （申込先・詳細）保健福祉課保健  
 支援係 ☎ 681-2497  
 ファクス ☎ 694-0530

◆手稲区ケア友の会／認知症  
 の方を介護する男性のつどい  
 内容 講演「家で気持ち良く  
 過ごすためのコミュニケーション  
 ションの取り方」と交流会。  
 講師 岡田京子氏（株式会社  
 ライフケア彩り代表取締役）。  
 日時 10月24日（金）13時30分～  
 15時30分。  
 場所 区民センター2階第  
 1・2会議室（前田1条11丁  
 目）。  
 対象 区内在住で認知症の方  
 を介護する男性。  
 費用 無料。  
 申込 10月17日（金）までに電話  
 かファクスで申し込み。ファ  
 クスの場合、住所、氏名、年  
 齢、電話番号を明記。  
 （申込先・詳細）保健福祉課保健  
 支援係 ☎ 681-2497  
 ファクス ☎ 694-0530

◆手稲区ケア友の会／認知症  
 の方を介護する男性のつどい  
 内容 講演「家で気持ち良く  
 過ごすためのコミュニケーション  
 ションの取り方」と交流会。  
 講師 岡田京子氏（株式会社  
 ライフケア彩り代表取締役）。  
 日時 10月24日（金）13時30分～  
 15時30分。  
 場所 区民センター2階第  
 1・2会議室（前田1条11丁  
 目）。  
 対象 区内在住で認知症の方  
 を介護する男性。  
 費用 無料。  
 申込 10月17日（金）までに電話  
 かファクスで申し込み。ファ  
 クスの場合、住所、氏名、年  
 齢、電話番号を明記。  
 （申込先・詳細）保健福祉課保健  
 支援係 ☎ 681-2497  
 ファクス ☎ 694-0530



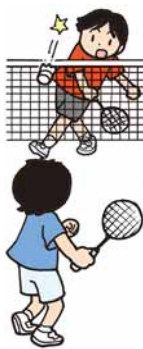
## 地域振興課から

◆「小学生の夢10年後の手稲のまち」アイデア作品展示会と「手稲タンケンツアー」報告パネル展

**内容** 区内の小学4年生が描いた作品の中から、特にアイデアに富んだ作品を展示します。また、展示作品を描いた児童が参加した「手稲タンケンツアー」の様子も紹介。  
**期間** 10月23日(木)～30日(木)。  
**場所** JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)。

◆第22回手稲区小学生バドミントン大会

**手稲区、小樽市、石狩市の小学生による交流大会を開催します。**



**種目** 男女別シングルス、ダブルス。

**日時** 11月22日(土)9時30分～15時(開場、受け付けは9時から)。

**場所** 手稲区体育館(曙2条1丁目)。

**対象** 手稲区、小樽市、石狩市の小学校に通う小学3～6年生。

**定員** 先着120人。

**費用** 無料。

**申込** 区役所3階地域振興課、同体育館や区内の各小学校で配布する申込書に必要事項を記入し、10月10日(金)～31日(金)に郵送、ファクスまたは地域振興課窓口で申し込み。

※保護者の印鑑が必要です。で、電話での申し込みはできません。

**申込先・詳細** 地域振興課地域活動担当(〒006-8612手稲区前田1条11丁目)  
☎(681)2445  
ファクス(681)2523

## ふらっとホーム 2014 in 手稲区



手稲区にお住まいの方と上田文雄市長が、札幌のまちづくりについて意見交換を行います。意見交換の様子はどなたでも自由にご覧になれます。皆さまお誘い合わせの上、ぜひお越しください。※発言はあらかじめ決定した対話者の方のみです。

**日時** 10月12日(日)13時～15時  
**場所** 溪仁会ビル1階会議室(前田1条12丁目2-30)

**その他** ・会場では手話通訳を行います。  
・ご来場には公共交通機関をご利用ください(会場には駐車できません)。

《詳細》 総務企画課広聴係 ☎ 681-2432



## 手稲老人福祉センターから

### ■ 秋の演芸発表会

当センターで活動する方々の歌や踊りを発表します。

内 容	月 日	時 間	場 所
健康体操、音楽演奏、フラダンス、舞踊	10月28日(火)	10時～12時15分	1階多目的室
大正琴、歌いま唱歌、社交ダンス	10月29日(水)	10時～12時	
カラオケ	10月31日(金)	9時45分～15時	1階大広間

※内容は一部変更の可能性があります。

※当日、直接会場へお越しください。なお、発表会は見学するだけで、出演はできませんのでご了承ください。

### ■ 健康レクフェスタ

11月1日(土)9時30分から13時まで、同センターで健康相談、不用品(衣類等)のバザー、食べ物販売、ていねベタンク体験などのイベントが開催されます。詳細については、同センターへお問い合わせください。

《詳細》 手稲老人福祉センター(曙2条1丁目) ☎ 684-3131

## 生ごみ堆肥化セミナー

段ボール箱を使って生ごみを堆肥化する方法を伝授。参加者には堆肥化セットを進呈。

**日時** 10月31日(金)13時30分～15時。

**場所** 新発寒地区センター2階集会室A（新発寒5条4丁目）。

**申込** 前日までに電話（日曜・祝日を除く10時～16時）、ファクス、Eメールで申し込み。

※ファクス、Eメールで申し込みの場合は、日時、会場名、住所、氏名、電話番号を明記。

**（申込先・詳細）** 生ごみ堆肥化相談窓口 ☎・ファクス(62)5318 Eメール kitagomi@alles.or.jp

## 一日合同行政相談

事前の予約は不要ですので気軽にお越しください。

**内容** ①生活に関わりの深い社会保険・年金・税金・福祉・道路・交通安全・河川・登記・医療・労災保険などの苦情や要望、②行政上の各種手続きについての相談、③民事上の問題についての相談。

**参加機関** 国税局、司法書士会、社会保険労務士会、北海道管区行政評価局、総務省行政相談委員、札幌市。

**日時** 10月16日(木)10時～16時。

**場所** 区民センター3階視聴覚室（前田1条11丁目）。  
**費用** 無料。  
**（詳細）** 総務企画課広聴係 ☎(68)2432

## ちあふる・ていねから

◆整理収納でうちスッキリ！

整理収納のこつを学んで、片付けのイライラを解消しませんか。

**日時** 11月5日(木)10時15分～10時45分。

**場所** ちあふる・ていね1階ゆり室。

**対象** 就学前のお子さんを持つ保護者。

**定員** 先着10人（託児なし）。  
**費用** 無料。

**申込** 10月22日(水)から電話か直接来所して申し込み。

**（申込先・詳細）** 手稲区保育・子育て支援センター（ちあふる・ていね）（手稲本町3条2丁目） ☎(68)3162

## 星観緑地から

◆お散歩マナー教室

犬のお散歩マナーやコミュニケーションの取り方などについて説明します。

**日時** 10月12日(日)10時～12時（小雨決行）。

**場所** 星観緑地芝生広場（手稲星置317）。

**対象** ワクチン・狂犬病予防の注射を受けている犬とその飼い主。  
**費用** 無料。  
**申込** 当日、直接会場へお越しください。

※愛犬を制御できる人数でご参加ください。また、愛犬同士の事故については、自己責任となりますので、ご了承ください。

**（詳細）** ほしみパークプロジェクト（星観緑地管理事務所） ☎(68)0680

## 保健センターから

◆医療講演会「薬・ジェネリック医薬品・サプリメントの知って得する豆知識」

**講師** 澤田博文氏（かえで薬局薬剤師）。

**日時** 10月23日(木)14時～15時30分。

**場所** 前田会館（前田6条11丁目）。

**対象** 区内在住の方。  
**費用** 無料。  
**申込** 当日、直接会場へお越しください。

**（詳細）** 保健センター ☎(68)1211

## 国保からのお知らせ

平成26年度国民健康保険料の第4期納付期限が過ぎてい

ます。お忘れの方はお早めに納付してください。

また、病気や失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。

**夜間相談日** 10月28日(火)、30日(木)の20時まで。

**休日相談日** 10月26日(日)9時～14時30分。

**場所** 区役所2階①番窓口（前田1条11丁目）。

**（詳細）** 保険年金課収納係 ☎(68)2575

## 9月号「手稲今昔クイズ」の答え

広報さつぽろ9月号手稲区版の「手稲今昔クイズ」に、たくさんの応募をいただきありがとうございました。全問正解者の中から抽選で50人の方に「ていぬグッズ」をプレゼントします。当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

クイズの答え

第1問 - ③昭和43年  
第2問 - ②4代目  
第3問 - ①石川県



＜＜詳細＞＞ 総務企画課広聴係 ☎681-2432

## 区民センターから

前田 1 条 11 丁目 ☎ 681-5121

区分	講 座 名	月 日	時 間	場 所	定員	費 用
①	手稲区民ダンスの集い	10 月 17 日(金)	13 時 30 分 ～ 15 時 30 分	2 階 区民ホール	—	300 円 (当日納入)
②	北海道科学大学市民公開講座「北科大、地域ととも歩む 2014 ～楽しい世界の建築」 講師 佐藤孝氏(北海道科学大学教授)	10 月 22 日(水)	13 時 30 分 ～ 15 時	3 階 視聴覚室	先着 30 人	無料
③	女性のための初級マージャン講座 さわやか！健康マージャン	11 月 12 日(水)～ 12 月 17 日(水)毎週 水曜日(全 6 回)	13 時 30 分 ～ 15 時 30 分	2 階 第 1・2 会議室	先着 20 人	4,800 円 (教材費込み)

対 象 ②区内在住かお勤めの 15 歳以上の方、③区内在住かお勤めの 15 歳以上の女性（②③中高生は除く）。  
持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ、③筆記用具。  
申 込 ①当日、直接会場へお越しください、②10 月 11 日(土)から電話か窓口で申し込み(受付時間 10 時～19 時)、  
③10 月 22 日(水)から電話か窓口で申し込み(受付時間 10 時～17 時)。

## 手稲コミュニティセンターから

手稲本町 3 条 1 丁目 ☎ 681-2133

区分	講 座 名	月 日	時 間	場 所	定員	費 用
①	きらきら・シニア教室 ラジオ体操のこつ	10 月 15 日(水)	13 時～15 時	2 階 第 1・2 会議室	先着 20 人	100 円 (当日納入)
②	ダンスの集い	10 月 28 日(火)	13 時～15 時	1 階 ホール	—	300 円 (当日納入)
③	「知って得する高齢者の知識」講座 65 歳からの「健康づくりと介護予防」	11 月 10 日(月)	10 時 ～ 11 時 30 分	2 階 第 1・2 会議室	先着 20 人	300 円 (当日納入)
④	手稲人が語る「手稲人のための手稲の話」講座 「昭和 19 年、19 歳で満州の開拓団入植、その先は・・・」のお話	11 月 18 日(火)	13 時 30 分 ～ 15 時	2 階 第 1・2 会議室	先着 40 人	300 円 (当日納入)

対 象 ①区内在住で原則 65 歳以上の方、③④区内在住の方。  
持ち物 ②ダンスシューズ、ヒールキャップ。  
申 込 ①10 月 11 日(土)10 時から電話か窓口で申し込み、②当日、直接会場へお越しください、③10 月 20 日(月)  
10 時から電話か窓口で申し込み、④10 月 28 日(火)10 時から電話か窓口で申し込み。

## 星置地区センターから

星置 2 条 3 丁目 ☎ 695-3220

区分	講 座 名	月 日	時 間	場 所	定員	費 用
①	男の料理教室・秋 さけのシューマイ、マーボー大根、スイーツ	10 月 25 日(土)	10 時～13 時	2 階 研修室	先着 14 人	2,000 円 (材料費込み)
②	にぎりずし教室 にぎりずし、細巻き	10 月 27 日(月)	9 時 30 分 ～ 12 時 30 分	2 階 研修室	先着 14 人	2,000 円 (材料費込み)
③	ビーズ教室 ネックレス作り	10 月 30 日(木)	10 時～12 時	2 階 研修室	先着 12 人	1,500 円 (材料費込み)
④	ダンスの集い	11 月 4 日(火)	13 時～15 時	1 階 体育室	—	300 円 (当日納入)
⑤	健康づくり講演会「腰痛の予防と上手な付き合い方」 講師 青山剛氏(手稲溪仁会病院医師)	11 月 10 日(月)	14 時 ～ 15 時 30 分	1 階 体育室	—	無料

対 象 ①男性。  
持ち物 ①②エプロン、三角巾、手拭き用タオル、④ダンスシューズ、ヒールキャップ。  
申 込 ①10 月 14 日(火)9 時から電話か窓口で申し込み、②10 月 15 日(水)9 時から電話か窓口で申し込み、③10  
月 16 日(木)9 時から電話か窓口で申し込み、④⑤当日、直接会場へお越しください。

広告

区分	講座名	月日	時間	場所	定員	費用
①	アロマ講座 私の好きな香りで作るハンドクリームとリップクリーム	10月28日(火)	13時～15時	2階実習室	先着16人	1,500円 (材料費込み)
②	ダンスの集い	11月7日(金)	13時30分～15時30分	1階体育室	—	300円(当日納入)

対 象 ① 15 歳以上の方（中高生は除く）。

持ち物 ② ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申 込 ① 10 月 14 日(火) 9 時から電話か窓口で申し込み、② 当日、直接会場へお越しください。

### ■新発寒地区センター第 19 回文化の集い

内 容	月 日	時 間	場 所	備 考
フォークダンス（参加自由）	10月18日(土)	10時30分～12時30分	1階体育室	持ち物（室内用運動靴）
社交ダンス（参加自由）	10月18日(土)	13時30分～15時30分	1階体育室	持ち物（ダンスシューズ、ヒールキャップ）
作品展示会	10月18日(土) 19日(日)	9時～17時 (19日は15時で終了)	2階集会室 ほか	—
サークル舞台発表	10月19日(日)	10時～15時	1階体育室	舞台発表後に体育室で抽選会があります。
お茶席	10月19日(日)	11時から品切れ時点で終了	2階和室	席料大人200円、子ども100円

「文化の集い」当日は混雑が予想されます。ご来場には公共交通機関をご利用ください。

### 手稲区体育館から

曙 2 条 1 丁目 ☎ 684-0088

### ■スポーツ講習会受講者募集

講 座 名	対象	定員	回数	曜日	期 間	時 間	受講料
テニス初中級	①	10	15	水	12月 3 日～3月25日	9時～10時30分	11,490円 (9,190円)※
エアロビクス&ピラティス		11月26日～3月18日			11時15分 ～12時45分	10,790円 (8,630円)※	
あへあほ体操 A		木		11月27日～3月12日	9時15分 ～10時25分		
リトルキッズリズムダンス	②	20	10	月	12月15日～3月23日	14時50分 ～15時50分	6,220円 (4,980円)※
キッズ・ジュニアエアロ	③	20	15	水	11月26日～3月18日	16時10分 ～17時10分	9,330円 (7,470円)※

※（ ）内は 65 歳以上、障害者手帳・療育手帳をお持ちの方の受講料です。

対 象 ① 16 歳以上、②平成 20 年 4 月 2 日～平成 22 年 4 月 1 日生まれのお子さん、③小学 1～6 年生。

申 込 11 月 7 日(金)～13 日(木) 10 時～20 時までに電話か窓口で申し込み。

抽 選 定員を超えた場合は、11 月 15 日(土) 15 時から同体育館 1 階ロビーで抽選。電話での問い合わせは 16 時以降。

受講料 11 月 17 日(月)～25 日(火) 10 時～20 時に同体育館へ来館し直接納入。

○定員に満たない講座は、11 月 16 日(日) 9 時から電話で先着順により申し込みを受け付け（定員に満たない場合には、中止することがあります）。

○受講料のほかに、毎回施設利用料（一般 390 円、高校生 230 円、65 歳以上 130 円）が必要。高校生は生徒手帳、65 歳以上の方は年齢を証明できるものを持参。障がいのある方は各種手帳の提示により利用料免除。

○「受講可能」の権利は他人に（家族でも）譲渡できません。

このほかにもさまざまな講習会があります。詳しくは各区体育館で配布している時間割やホームページ（<http://www.shsf.jp>）をご覧ください。

●道路は左右を見て、安全を確認してから渡りましょう。