



区民のページ

2014

11

南区の人口・世帯数

人口 / 141,960 (-244) 人
 世帯数 / 63,357 (-112) 世帯
 () 内は前月比
 ※平成26年(2014年)10月1日現在

[編集]
 南区役所総務企画課広聴係
 〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目
 ☎582-4714
 南区のホームページ
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>



☆掲載写真は、南区のホームページでカラーで公開しています。



さっぽろだけ 札幌岳

(標高：1,293.8メートル)

定山湖の東に位置する札幌岳。豊平川(旧名：サッポロベツ)上流にあることから、この名前が付けられました。
 頂上からの眺望はよく、天気の良い日には、羊蹄山や尻別岳、恵庭岳などの遠くの山まで見通すことができます。



▲狭薄山(中央)、漁岳(左奥)

協力：札幌市立大学デザイン学部 吉田 恵介 教授

南区関連の主な施設

南区役所(真駒内幸町2) 代表☎582-2400

区役所内の直通電話番号

総務企画課		保健支援係	☎582-4746
庶務係	☎582-4705	相談担当	☎582-4747
地域安全担当	☎582-4706	保護一課	
選挙係	☎582-4711	相談担当	☎582-4765
広聴係	☎582-4714	保護一係	☎582-4756
地域振興課	☎582-4723	保護二係	☎582-4757
戸籍住民課		管理係	☎582-4751
戸籍係	☎582-4724	保護二課	
住民記録係	☎582-4728	保護一係	☎582-4763
税証明担当	☎582-4731	保護二係	☎582-4764
保健福祉課		保護三係	☎582-4768
地域福祉係	☎582-4734	保険年金課	
活動推進担当	☎582-4736	給付係	☎582-4770
福祉助成係	☎582-4741	保険係	☎582-4772
給付事務係	☎582-4742	収納係	☎582-4775
福祉支援係	☎582-4743	年金係	☎582-4786

- ・南区土木センター(南31西8) ☎581-3811
- ・南保健センター(真駒内幸町1) ☎581-5211
- ・南部市税事務所(豊平区平岸5-8)
 - 市税証明・口座振替 ☎824-3912
 - 納税相談 ☎824-3913
 - 個人の市・道民税 ☎824-3914
 - 固定資産税(土地) ☎824-3917
 - 固定資産税(家屋) ☎824-3918
- ・南清掃事務所(真駒内602) ☎583-8613
- ・南消防署(真駒内幸町1) ☎581-2100
- ・南区体育館(川沿4-2) ☎571-5171
- ・澄川図書館(澄川4-4) ☎822-3730
- ・南区民センター(真駒内幸町2) ☎584-2100
- ・藤野地区センター(藤野2-7) ☎592-2002
- ・もいわ地区センター(川沿8-2) ☎572-5733
- ・すみかわ地区センター(澄川4-4) ☎818-3035

まちづくりセンター

- ・定山溪(定山溪温泉東4) ☎598-2191
- ・真駒内(真駒内幸町2) ☎581-3025
- ・石山(石山2-2) ☎591-8734
- ・簾舞(簾舞3-6) ☎596-2059
- ・藤野(藤野2-7) ☎591-7041
- ・藻岩(川沿8-2) ☎571-6121
- ・藻岩下(南34西9) ☎581-2001
- ・澄川(澄川3-2) ☎821-8585
- ・芸術の森地区(石山東7) ☎592-7009



やめて！冬の交通迷惑行為！！

雪出しは禁止行為です！

道路交通法、同法施行細則では、道路における交通の危険や妨害となるおそれがある禁止行為の一つとして「道路に雪をまき、又は捨てること」を定めています。道路への雪出しは、法律に違反する行為です。この規定に違反した者は、5万円以下の罰金に処されます。

(道路交通法第76条第4項第7号、同法第120条、同法施行細則第19条第2号)

昨年度の雪出し件数は、明らかなものだけで、南区で1日「120件」もありました。(※)

そこで南区では、今冬に、特に迷惑を受ける人が多いバス路線を中心に、重点地区を定め、

「警察との合同パトロール」をします。問題がある場合は指導を行います。度重なる雪出し、指導に従わない場合などは、法的な対応を進めます。

※平成26年2月の平日一晩の調査結果

自然に恵まれ暮らしやすい南区。しかし、冬季は、降雪により都心部に向かう幹線道路などが渋滞し、通勤・通学の面で支障が出ることもしばしばです。雪の多い札幌市民としてある程度は受け入れなければならぬことですが、個人の身勝手な行為で、より不便を強いられるとしたら、あなたはどっと思いませんか。みんなが快適な冬を過ごすために、迷惑行為は絶対にやめましょう。

除雪作業に大きな支障が！

除雪車が通ることができず、引き返してしまうことも。作業ができたとしても、駐車車両の反対側に雪が多く残ってしまうなど、周辺住民に迷惑がかかります。

路上駐車も規制対象です！

自動車の保管場所の確保等に関する法律では、「道路上の場所を自動車の保管場所として使用してはならない」としています。道路上の同一場所に引き続き12時間以上駐車した者、または夜間に引き続き8時間以上駐車した者は「20万円以下の罰金」に処されます。

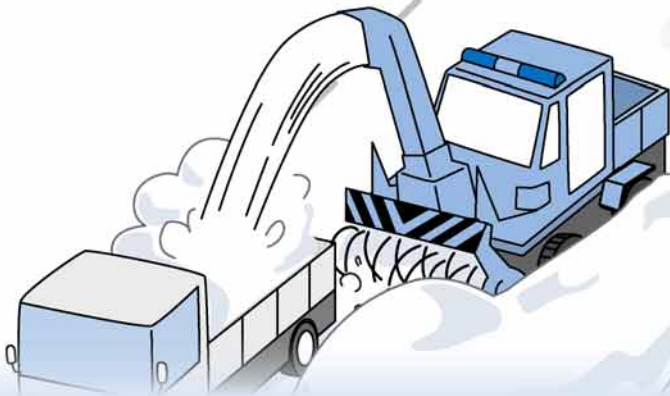
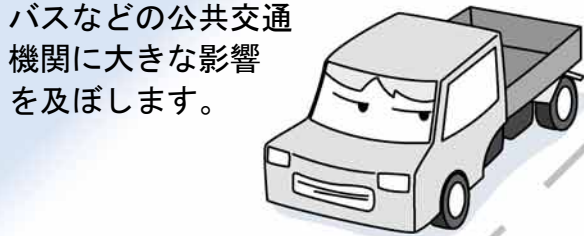
(自動車の保管場所の確保等に関する法律第11条、同法第17条)

早く早く～！
学校に遅れちゃうよー！！

自宅の雪は敷地内で処理
してよ！ホントに迷惑！

身勝手な雪出しで 道幅が狭くなり、 交通渋滞が発生！

幹線道路では、排雪でせつかく二車線に戻った直後に一車線になり、交通渋滞が発生。バスなどの公共交通機関に大きな影響を及ぼします。



みんなの力で
冬を快適に!!

市だけではなく、町内会や学生など、市民の皆さんの力が私たちの冬の暮らしを支えています。厳しい冬だからこそ、みんなが少しずつ周りを思いやり、人にやさしくなることが大切です。これからもみんなと協力し、雪と上手に付き合いながら、冬の暮らしをよりよいものにしていきましょう。

【例】 南区の学生ボランティア

- ・東海大学の除雪ボランティア
- ・澄川中学校の福祉除雪
- ・北海道札幌養護学校もなみ学園分校の砂入りペットボトル作製
- ・真駒内中学校の砂まきボランティア



▲除雪ボランティア



▲砂入りペットボトル
(コロバースボトル)

この特集についてのお問い合わせは、 南区土木部維持管理課 ☎581-3811





区役所・区民センター・保健センター・各地区センターの駐車場は大変混み合いますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

南区役所

代表 ☎(582)2400

国民健康保険料の

夜間相談

11月13日(木)、20日(木)、27日(木)、12月4日(木) 19時30分まで。

休日相談 11月22日(土)、23日(祝) 9時～15時。

場所 南区役所2階5番窓口。

※区役所北側の通用口からお入りください。

詳細 保険年金課収納係 ☎(582)4775

糖尿病予防パネル展

食生活や運動習慣を見直すきっかけにしましょう。

▽パネル展示

日時 11月21日(金)～27日(木) 8時45分～21時。

※21日は14時から、27日は11時まで。

会場 南区民センター。

▽栄養相談

日時 11月26日(水)13時30分～15時。

会場 南区民センター。

▽糖尿病予防の野菜たっぷり定食

11月26日(水)に南区役所食堂にて販売。※20食限定、470円。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎(581)5211

両親教室

初めて出産を迎えるご夫婦を対象に、沐浴人形を使った育児実習、妊婦疑似体験などを行います。

日時 11月28日(金)18時30分～20時30分。

会場 南保健センター。

対象 来月2月から4月までの間に、初めて出産を迎える予定のご夫婦。

定員・費用 40組。無料。

申込方法 11月17日(月)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

胃がん・大腸がん検診

検診日 11月21日(金)。

受付時間 8時45分～10時。

会場 南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法 事前に左記へ予約(電話可)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

子育て講座(テーマ別)

▽「ストレッチでリフレッシュ」

日時 12月1日(月)10時～11時30分。

会場 南区民センター。

対象 0歳から就学前のお子さんを育てている保護者(託児あり)。

定員 20人。

費用 無料。

申込方法 11月11日(火)から電話で左記へ(先着順)。

※テーマ別講座は、年1回の受講でお願いします。

申込・詳細 健康・子ども課 子育て支援係 ☎(588)5411

サークル研修会・交流会

▽「簡単クッキングと親子遊び」

日時 11月28日(金)10時～11時30分。

会場 南保健センター。

対象 就学前のお子さんとその保護者で、サークル活動をしている方またはサークル活動に興味のある方。

定員 30組。

費用 無料。

申込方法 11月17日(月)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 子育て支援係 ☎(588)5411

ふじの子育てサロンフェスタ

藤野地区の9つのサロンが、合同でさまざまな遊びを提供。

内容 ボールプールや木製遊具、大型紙芝居の読み聞かせ、乳幼児の身長・体重測定や手形・足形取り、保護者の骨密度測定など。ミニプレゼントあり(子どものみ、先着100人)。

日時 12月6日(土)10時～12時。

会場 藤野地区センター。

対象 就学前のお子さんとその保護者(同伴の小学生の参加も可)。

費用 無料。

申込方法 当日直接会場へ。

詳細 藤野地区福祉のまち推進センター ☎(591)5082、健康・子ども課子育て支援係 ☎(588)5411

もいわ地区センター

☎(572)5733

もいわ冬の

スマイルコンサート

▽君も指揮者になってみよう

内容 東海大学の学生や藻岩中学校吹奏楽部による演奏。指揮者体験もあります。

日時 12月6日(土)13時30分～15時30分。

費用 無料。

申込方法 当日直接もいわ地区センターへ。

広告

■陸上自衛隊高等工科学校 生徒募集説明会

陸上自衛隊高等工科学校生徒採用試験（推薦採用試験を含む）に関する説明会を行います。

日時 11/23(祝)。
10:00～12:00、13:00～15:00。

会場 南区民センター。

対象 来年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校卒業者または中等教育学校の前期課程修了者（見込み含む）およびその保護者。

申込方法 当日直接会場へ。

■詳細

自衛隊札幌地方協力本部南部地区隊 ☎581-0736
地域振興課まちづくり推進係 ☎582-4723

図書館・図書室からのお知らせ

▼澄川図書館 (☎822-3730)

・おはなしの会
11/13(木)10:30、15(土)13:50、
22(土)10:30、12/6(土)14:30

・子ども映画会
11/15(土)14:30

▼南区民センター図書室 (☎584-2533)

・楽しいおはなしの会
11/20(木)10:30

▼藤野地区センター図書室 (☎592-2002)

・おはなしの会
11/15(土)11:00、12/6(土)11:00

・クリスマス会
12/7(日)11:00

▼もいわ地区センター図書室 (☎572-5733)

・おはなしの会
12/13(土)11:00

■ノロウイルスに気をつけよう！

例年11月ごろから、ノロウイルスが流行します。感染予防のため、下記の点に注意しましょう。

1. せっけんで手をよく洗いましょう。
2. 嘔吐物や便には多量のウイルスが含まれています。
汚染された箇所は、塩素系消毒液で消毒しましょう。
3. カキなどの二枚貝は十分に加熱しましょう。



詳細 健康・子ども課生活衛生担当 ☎581-5213

■今から始めましょう! 「みんなで『NO!』脳血管疾患予防セミナー」

南区では、要介護状態となる主な原因として「脳血管疾患」が多くなっています。「まだまだ先のこと」「自分には関係ない」と思わず、生活習慣を見直してみませんか? (全3回)

日時 ①11/25(火)、②26(水)、③27(木)。13:30～15:40 (受付は13:15から)。

- ①、③は栄養士による講話とカロリー計算演習など。
- ②は脳外科医師による講話とウォーキング実践、運動実技など。

会場 ①、③は南保健センター、②は南区民センター。

対象 区内にお住まいで、3日間とも参加できる方。※②のみ参加も可。

定員・費用 20人。無料。

申込方法 11/11(火)から電話で下記へ (先着順)。

※②のみの参加の方は予約不要、定員なし。当日直接会場へ。

申込・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

■住民集団健康診査 **詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

詳しい内容や対象者、費用については、上記にお問い合わせください。「受診券」と「被保険者証」を持って直接会場へ (できるだけ空腹の状態でお越しください)。

<日程・会場>

日 程	受付時間	実施会場
11/12(水)	10:00～11:00	真駒内集会所 (真駒内本町2丁目1-7)
	13:30～15:00	中ノ沢会館 (中ノ沢1711-3)
11/27(木)	9:30～11:30	南区民センター (真駒内幸町2丁目2-1)
	13:30～15:00	





札幌シーニックバイウェイ藻岩山麓・定山溪ルート 2015年カレンダーを配布します

南区の魅力アップやPRに取り組む「札幌シーニックバイウェイ藻岩山麓・定山溪ルート」が作製したカレンダーを無料で配布します。桜や紅葉など四季折々の写真とともに、イベント情報も紹介。南区の見どころが満載です！



配布期間 11/17(月)から(無くなり次第終了)。
配布場所 南区役所1階 情報提供コーナー 3,000部。
 南区内のまちづくりセンター(定山溪出張所を含む)各200部。
 ※先着順。1人1部。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎582-4723

南区体育館 1月開講スポーツ教室受講生募集!

詳細 南区体育館 ☎571-5171

【申込方法】

11/25(火)~12/7(日)の期間中に電話(☎571-5171)または直接申し込み。定員を超えた場合は、12/9(火)14時から抽選。受講料納入期間は12/11(木)~25(木)の9時~20時。

※受講の際には、毎回施設利用料が必要となります(高校生以上)。

※受講料()内は65歳以上の方(受講期間中に65歳になる方を含む)、障がいのある方の料金です。

証明書類(免許証、保険証、障がいのある方の各種手帳など)をお持ちください。

※定員に対して一定数以上の申し込みがない場合、開講中止となる場合があります。

●球技系教室(対象:16歳以上)

種目	定員	曜日	期間	回数	時間	受講料(税込)	その他	
卓球	カット&カット打ち	8人	水	1/7~2/4	5	11:00~13:00	7,190円(5,750円)	※球技系教室については、同一種目の重複申し込みはできません。
	初級・火A/B	各15人	火	1/6~3/10	10	9:00~11:00		
	初中級・火	15人			10	11:00~13:00		
	中級・火	15人	水	1/7~3/18	10	11:00~13:00		
	中級・水A/B	各15人			10	9:00~11:00		
中上級	10人	10			11:00~13:00			
バドミントン	初・中級(経験者)	30人	水	1/7~3/18	10	10:00~12:00	7,190円(5,750円)	
テニス	基礎	10人	水	1/7~3/18	10	9:30~11:00	7,660円(6,130円)	
	初級・水	10人			10	11:00~12:30		
	初級・金	10人	金	1/9~3/13	10	9:00~10:30		
	初中級・金A	10人			10	10:30~12:00		
	初中級・金B	10人			10	12:00~13:30		
	初中級・土	10人	土	1/10~3/28	10	19:15~20:45	9,110円(7,280円)	
	中級・木	10人	木	1/8~3/12	10	13:00~14:45	9,110円(7,280円)	
	中上級	10人	金	1/9~3/13	10	9:30~11:00	7,660円(6,130円)	
	上級	10人			10	11:00~12:30		
ゲームレッスン(初中級)	10人	木	1/8~3/12	10	12:45~14:30	9,110円(7,280円)		
ソフトテニス	20人	金	1/9~3/13	10	13:30~15:30	9,110円(7,280円)		
ゴルフ	ハイテクA	13人	土	1/17~3/28	9	9:00~10:30	12,830円(10,260円)	
	基礎	18人			9	10:45~12:15	10,360円(8,290円)	

●フィットネス系教室(対象:16歳以上)

種目	定員	曜日	期間	回数	時間	受講料(税込)	その他
背骨コンディショニング	15人	月	1/19~3/30	9	13:30~15:00	6,470円(5,180円)	※「やさしいヨガ」以外のフィットネス系教室は、全て受講意思がある場合のみ重複申し込みできます。
やさしいヨガ	30人	火	1/6~3/17	11	9:45~11:15	5,810円(4,640円)	
	30人	木	1/8~3/19	11	9:45~11:15		
	30人	金	1/9~3/20	11	13:00~14:30		
ステップアップヨガ	30人	火	1/6~3/17	11	11:30~12:45	5,810円(4,640円)	
ナイトヨガ	25人			11	19:30~20:50	6,230円(4,990円)	
さわやかリズム体操	15人	水	1/7~3/25	11	9:45~11:15	7,910円(6,330円)	
奥様健康体操	A	木	1/8~3/19	11	9:50~11:20	5,810円(4,640円)	
	B			11	11:25~12:55		
初めてのフラダンス	12人	木	1/8~3/19	11	10:00~11:00	8,990円(7,200円)	
骨盤ビューティーストレッチ	12人	水	1/7~3/25	11	11:30~12:45	8,990円(7,200円)	
バレエストレッチ	15人	水	1/7~3/25	11	19:20~20:50	7,910円(6,330円)	
健美操	25人	金	1/9~3/20	11	9:30~11:00	6,230円(4,990円)	
ステップ&リズム	12人	金	1/9~3/20	11	11:15~12:30	8,990円(7,200円)	
代謝アップエアロ	20人	月	1/19~3/30	9	19:30~20:45	5,600円(4,480円)	
	20人	木	1/8~3/19	11	19:30~20:45	6,850円(5,480円)	
太極拳	12人	火	1/6~3/17	11	9:30~11:00	8,990円(7,200円)	
からだ改善	20人	火	1/6~3/17	11	11:15~12:15	6,850円(5,480円)	

●健康づくり教室(対象:16歳以上で、膝や腰に不安のある、運動に支障のない方)

種目	定員	曜日	期間	回数	時間	受講料(税込)	その他
ひざ腰すこやか運動	10人	火	1/13~3/24	11	13:30~14:45	8,190円	

■講座のご案内

※特に記載のない場合、受講対象「15歳以上の方」は中学・高校生を除く。

南区民センター (☎584-2100)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込日
年末恒例! 手打ちそば講座	15歳以上の方	20人	11/29(土)	10:00~12:30	受講料1,000円 材料費1,000円	11/13(木)から 9:00~17:00

申込方法 電話または直接南区民センターへ(先着順)。受講料は11/19(水)17時までに直接窓口にて、材料費は開講日に持参。定員に満たない場合は、開講日の4日前まで受け付けます。

もいわ地区センター (☎572-5733)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料	申込日	
ZUMBAでフィットネス	18歳以上の方	15人	11/24(休)	10:00~11:30	500円	11/11(火)から 9:00~21:00	
クリスマスに向けて 八剣山ワイン講座 あなたのお気に入りのワインを見つけよう!	20歳以上の方	12人	11/29(土)	14:00~17:00	1,800円	11/11(火)から 9:00~21:00	
新そば粉でそば打ち講座	18歳以上の方	3人	11/30(日)	午前の部 10:00~12:30	1,400円	11/11(火)から 9:00~21:00	
		3人	11/30(日)	午後の部 14:00~16:30	1,400円		
鍼灸師に聞く 東洋医学講座	免疫力を高めよう ~病気になる身体づくり~	18歳以上の方 (妊娠中の場合、 安定期に入っている方)	10人	11/30(日)	13:30~15:00	500円	11/11(火)から 9:00~21:00
	美しくなる鍼灸のお話	10人	12/7(日)	13:30~15:00	500円	11/11(火)から 9:00~21:00	

申込方法 電話または直接もいわ地区センターへ(先着順)。受講料は開講日前日までに納入してください。「ZUMBAでフィットネス」は託児あり(500円)。

すみかわ地区センター (☎818-3035)

講座名	受講対象	定員	開講日	開講時間	受講料	申込日
暮らしの法律教室 「高齢者の消費者被害」 札幌司法書士会 共催	15歳以上の方	30人	11/29(土)	10:00~12:00	無料	11/11(火)~26(水) 9:00~21:00

申込方法 電話または直接すみかわ地区センターへ(先着順)。

今月のやさしい “白菜”

北海道では10~2月が旬の

特徴

寒くなると葉の養分が増えて繊維がやわらかくなり、風味・甘みが増しておいしくなる。

見分け方

巻きがしっかりして重みがあり、白い部分がみずみずしく、つやのあるものがおいしい。

料理例

煮物、鍋料理、炒め物、スープ、漬物など

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

簡単レシピ 白菜とツナのごまみそあえ

[材料/4人分]

- 白菜・・・1/8株
- 塩・・・少々
- ツナ缶・・・1缶(80グラム)
- ☆ すり白ごま・・・大さじ2
- 酒、みそ・・・各大さじ1
- 砂糖・・・小さじ2
- かつお節・・・少々



[作り方]

- ①白菜は水洗いして1センチ幅に刻む。ビニール袋に白菜と塩を入れ、袋を振って全体にからめる。袋の空気を抜いて口を縛り、水が出るまで置く。
- ②水気を切った白菜と汁気を切ったツナを合わせ、混ぜ合わせておいた☆をあえる。
- ③お好みでかつお節をかける。

広告



ふれあい写真館

9/13



秋だ！祭りだ！澄川パフォーマンス通り2014

澄川地区連合会の主催で、「秋だ！祭りだ！澄川パフォーマンス通り2014」が開催されました。会場ではパントマイムやバルーンアートなどのさまざまな催し物が披露され、会場を訪れた子どもたちや親子連れを楽しませていました。

9/20



小金湯さくらの森植樹祭

小金湯さくらの森で「小金湯さくらの森植樹祭」が開催されました。参加者たちは、「小金湯さくらの森」が札幌市の新たな桜の名所になることを願いながら、エゾヤマザクラなどの苗木約260本を植樹しました。

9/17



100歳のお祝い品贈呈

今年度^{おまつり}に100歳を迎える尾久キクノ^{おおたに}さんに、大谷内則夫^{うちのりお}南区長が、内閣総理大臣からの祝状と、札幌市からの記念品のひざ掛けを手渡しました。南区では、今年度中に27人（男性5人、女性22人）の方が100歳を迎えます。

9/28



第25回みすまい通行屋まつり

簾舞通行屋緑地と旧黒岩家住宅（旧簾舞通行屋）で「第25回みすまい通行屋まつり」が開催されました。みすまい幼稚園の園児による踊りや、ジャズ演奏のステージ発表のほか、簾舞地区の発展の歩みを伝えるビデオが上映されました。

広告