

# 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140,762人 (前月比+221)  
世帯数58,360世帯 (前月比+256)  
平成27年5月1日現在



▲JR手稲駅自由通路「あいくる」で、小樽市の観光プロモーションが行われ、「ていね」も応援に駆け付けました(4月23日)。



▲専門家の解説を聞きながらミズバショウを見て回る星置緑地自然観察会が開かれ、区民ら約70人が参加しました(4月26日)。



▲稲穂ひだまり公園で自然観察会が開催され、参加者は園内の草花を見ながら散策を楽しみました(5月3日)。



▲新川通さくら並木で札幌西ライオンズクラブと札幌ライラックライオンズクラブの皆さんが清掃活動と桜の補植を行いました(5月10日)。



▲地域住民ら約150人が参加し、「春の全国交通安全運動・春の地域安全運動」の出動式が手稲警察署で行われました(5月11日)。



▲花を飾ることで不法投棄のない爽やかなまち並みを作ろうと、富丘西宮の沢会館で花苗づくり講習会が開かれました(5月11日)。



手稲区長 福田 正人

手稲区の皆さま、こんにちは。

このたび、手稲区長に就任いたしました、福田です。

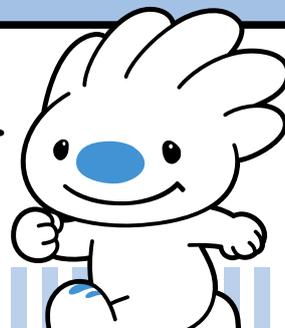
手稲区は、雄大な手稲山を区のシンボルとしている自然に恵まれた地域で、ふるさとの薫りあふれるすてきなまちです。

手稲区役所では、区民が主役のまちづくりを目指して、平成27年度の重点項目である「安全安心なまちづくり」と「区の魅力づくり」を推進していき、皆さまが「住んでいてよかった」と実感できるように職員一丸となって取り組んでまいります。

皆さまのご協力とお力添えをよろしくお願いいたします。

編集手稲区役所総務企画課広報係 〒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



# 然を探しに行こう。



青空に木々の緑が映える季節が訪れました。手稲区は豊かな自然に恵まれており、いつも通る道からひと足のぼしてみると、素晴らしい景観を発見することがあります。外に出てウォーキングを楽しみながら、自然と親しめるお気に入りの場所を探してみませんか。

## 水辺を歩く



### 三樽別河畔緑地で 清流を楽しむ

三樽別川は、手稲山の奥から発し、富丘地区を流れ、中の川に注ぐ川です。とても水が澄んでおり、富丘地区の町内会の皆さんが、川の環境を守るため、川岸の草刈りや清掃などの保全活動に取り組んでいます。

三樽別河畔緑地には、川の水を引き入れた遊水路があり、清流のせせらぎを作り出しています。岸辺のベンチから川の上流を眺めると、木々の向こうに手稲山の山頂が望めます。

三樽別河畔緑地には、川の水を引き入れた遊水路があり、清流のせせらぎを作り出しています。岸辺のベンチから川の上流を眺めると、木々の向こうに手稲山の山頂が望めます。



### 星置の滝で野趣を味わう



星置の滝は、星置川にかかる滝で、手稲西小学校の程近くに 있습니다。「星置の滝」の看板から、150メートルほどの遊歩道があり、階段を下ってさらに上った先の狭い展望場所で、木々の間から二段の滝が現れます。入り口周辺に駐車・駐輪場はなく、歩いてたどり着く野趣あふれる場所です。

三樽別河畔緑地 場所：富丘6条7丁目  
星置の滝入り口 場所：金山3条3丁目  
《詳細》 土木センター ☎ 681-4011

## 手稲山ウォーキング参加者募集

### 手稲山の山頂を目指してみんなで歩こう

手稲区のシンボルである手稲山。普段は登ることのできない手稲側から山頂までの登山を楽しむ「手稲山ウォーキング」を開催します。

手稲区民の健康増進とふれあいの輪を広げることを目的に毎年開催され、毎回多くの申し込みがある人気のイベントです。昨年は幼児から80代までの幅広い世代の区民が参加しました。

途中で草花を眺めたり、雄大な風景を楽しんだり、



初心者のペースに合わせて森林浴気分に登ります。家族や仲間と一緒に自然を満喫しませんか。



日時：7月5日（日）8時45分区民センター集合、14時30分同センター解散予定（小雨決行）。

対象：区内在住で健康に自信のある方（中学生以下は保護者同伴）。

コース：区民センター～手稲山山麓駅広場～手稲山山頂（区民センター～手稲山山麓駅広場間は往復バスを使用）。

定員：120人（多数時抽選）。

費用：無料。

申込：往復はがきに参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号・過去の参加回数と返信用宛先を記入し、〒006-0811 手稲区前田1条11丁目手稲区民センター「手稲山ウォーキング」係へ送付。

締切：6月15日（月）必着。

《詳細》 区民センター ☎ 681-5121

いつも通る道から

# ひと足のばして、手稲の自

## 「手稲区ウォーキングマップ」で歩く習慣づくりを。



### 【配布場所】

区役所 1階 11番広聴係  
区役所 2階健康・子ども課

健康的な生活を送るための重要な要素に、運動習慣を身に付けることが挙げられています。

ウォーキングは、自分のペースで手軽に行える運動方法です。生活習慣病を予防する効果や、高齢者の認知機能・身体機能の低下を予防する効果があるとされています。

「手稲区ウォーキングマップ」は、区内の名所などを巡りながら散策できる地域の人々おすすめの9コースを紹介。さらに、正しい歩き方やストレッチ体操の方法など、ウォーキングに関する基礎知識も掲載しています。

この地図を歩く習慣づくりに活用してみてください。

《詳細》健康・子ども課 ☎ 681-1211

## 前田森林公園を歩く

### “公園”の中の自然にふれあう

前田森林公園は、園路の外周が約2.5キロメートルある大規模な総合公園です。敷地の半分以上が森林で、高木・低木合わせて約7万本の樹木が植えられています。

公園のシンボルである、全長約600メートルのカナル（運河）には、両脇に約240本のポプラが高くそびえ、手稲山を背景に、水と緑の豊かな異国情緒あふれる景観が広がります。

カナルは、カモたちお気に入りの場所のようで、初夏には、カモの親子のほほ笑ましい姿を見ることができます。広い園内をコウライキジやハヤブサが飛んでいたり、エゾリスが木の枝を歩いていたりと、野生動物に遭遇することもしばしばです。

公園の木々が次々と花を咲かせていくのも初夏のこの時期。展望ラウンジを取り囲むパーゴラは、札幌でも最大級の藤棚で、例年5月下旬から6月初旬



ごろに満開となります。園路沿いのライラックも咲き、公園は紫色の花で彩られます。

園内でウォーキングを楽しむ人のために、公園の管理事務所で「ラリーカード」を配布しています。距離を表示する標識を目安に、歩いた長さを管理事務所に申告すると、1キロメートルにつき1つ押印してもらえます。スタンプが100個になると、公園から達成証が贈られます。

自然とふれあいながら健康づくりも楽しめる公園です。



前田森林公園 場所：手稲前田 591-4 ほか  
《詳細》前田森林公園管理事務所 ☎ 681-3940

■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  
 子育て支援担当係 ☎ 681-1342  
 ■保護一課  
 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

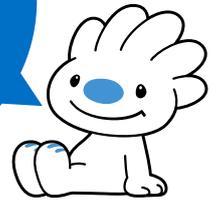
市税に関すること

■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

●公共施設へお越しの際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

手稲区からの  
お知らせ

6月11日～7月10日  
の区内の情報です



区民センターから

◆見て！触れて！活用しよう  
iPad



iPadでの、文字入力、ホームページ閲覧などを体験しませんか。

日時 7月8日(水)～10日(金)  
7月15日(水)～17日(金) 10時～12時（全6回）。

場所 同センター2階第4会議室。  
 対象 区内在住かお勤めの15歳以上の方（中高生は除く）。

子育て支援担当係から

◆子育て応援隊大募集！



子育て家庭を応援するボランティア養成のための講習会に参加しませんか。子どもの発達や親子との関わり方などについて学びます。

定員 先着20人。  
 費用 5千900円（教材費込み）。  
 持ち物 筆記用具。  
 ※受講時は備え付けの機材を使用。  
 申込 6月11日(水)から電話か窓口で申し込み（受付時間は10時～17時）。

◆手稲区民ダンスの集い

日時 6月19日(金)13時30分～15時30分。  
 場所 同センター2階区民ホール。  
 費用 300円（当日納入）。  
 持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。  
 申込 当日、直接会場へお越しください。

（申込先・詳細）区民センター（前田1条11丁目） ☎ (681) 5121

日時 7月2日(水)、3日(金)10時～12時（別日程で区内の子育てサロンを体験します）。  
 場所 区役所3階B・C会議室（前田1条11丁目）。  
 対象 子育て支援のボランティア活動に関心のある方。  
 ※お子さんの同伴はご遠慮ください。  
 定員 先着15人（託児なし）。  
 費用 無料。  
 申込 6月11日(水)9時から電話で申し込み。

◆子育て講座

テーマ 子育てに活かすカラーセラピー「色のチカラ」を子育てに！  
 講師 板井生野氏（カラーセラピスト）。  
 日時 7月23日(木)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 7月9日(木)9時から電話で申し込み。  
 （申込先・詳細）健康・子ども課

子育て支援担当係 ☎ (681) 1342

6月23日～29日は  
男女共同参画週間です

◆パネル展

期間 6月23日(火)～29日(月)。  
 場所 J R手稲駅自由通路「あいくる」（手稲本町1条4丁目）。

◆おしゃべりサロン

男女共同参画についておしゃべりする場です。気軽にお立ち寄りください。  
 日時 6月25日(木)13時～15時。

場所 J R手稲駅自由通路「あいくる」（手稲本町1条4丁目）。  
 申込 当日、直接会場へお越しください。

◆公開学習会

内容 ①講演「知っておきたい高齢者の財産管理と相続」、②座談会。  
 講師 須田布美子氏（弁護士）。

日時 6月28日(日)10時～12時。  
 場所 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60人。  
 費用 無料。  
 申込 当日、直接会場へお越しください。  
 （詳細）地域振興課地域活動担当 ☎ (681) 2445

### 西部市税事務所から



毎週木曜日に夜間納税相談窓口を開設しています。平日の日中にお時間の取れない方はこの機会をご利用ください。

**夜間相談日** 毎週木曜日20時まで（祝日を除く）。

**場所** 同事務所納税課（西区琴似3条1丁目コトニ3・1ビル2階）。

#### ◆口座振替のご利用を

市・道民税、固定資産税の納付には、便利な口座振替をご利用ください。

お申し込みは、預貯金口座のある金融機関・郵便局また

は同事務所納税課へ。

（詳細）西部市税事務所納税課  
☎(618) 3913

### 星観緑地から



公園の夏のシンボル花「タチアオイ」の苗植えと園内に飾るハンギングバスケット作りに挑戦します。

**日時** 6月21日(日)10時～12時（雨天決行）。

**場所** 星観緑地管理事務所内休憩所（手稲星置317）。

**費用** 無料。  
**持ち物** 小さいスコップ、じょうろ。

**申込** 当日、直接会場へお越

してください。

（詳細）星観緑地管理事務所  
☎(686) 0680

### 国保からのお知らせ

平成27年度国民健康保険料の納付通知書を6月中旬に送付します。

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** 6月18日(木)、23日(火)、25日(木)、30日(火)の20時まで。

**休日相談日** 6月28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）。

#### ◆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、預貯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。

※保険サービス員が訪問徴収に訪れた際は、身分証明書を  
ご確認ください。

（詳細）保険年金課収納係  
☎(681) 2575

### 第7回チャリティ 舞踊の集い



手稲文化協会所属の舞踊団体の合同発表会です。カラオケ団体も賛助出演します。

**日時** 7月5日(日)12時～16時（11時30分開場）。

**場所** 区民センター2階区民ホール（前田1条11丁目）。

**費用** 500円（当日納入）。  
※収益金の一部は社会福祉協議会へ寄付します。

**申込** 当日、直接会場へお越

してください。

（詳細）地域振興課地域活動担当  
☎(681) 2445

### 手稲老人福祉 センターから

#### ◆はじめての傾聴&ボラン ティア学習

「聴く」技法と「ボランティア」について基本から学んでみませんか。

**日時** 7月16日(木)13時30分～16時30分、23日(木)10時～15時、30日(木)13時～15時（全3回）。

**場所** 同センター1階機能訓練室。

**定員** 先着12人。  
**費用** 500円（受講初日納入）。

**申込** 6月11日(木)～7月10日(金)9時～17時に、電話か窓口で申し込み。

（申込先・詳細）手稲老人福祉センター（曙2条1丁目）  
☎(684) 3131

曙図書館から

◆楽しいお話し会

日時 6月13日(土)、20日(土)、  
27日(土)、7月4日(土) 14時30分  
～15時。

◆子ども映画会

日時 6月20日(土)、7月4日  
(土) 15時5分～30分程度。

※6月24日(水)、7月8日(水)は  
休館日です。

〔詳細〕曙図書館(曙2条1丁  
目) ☎685-4946

ごみの受け入れ  
中止について

◆発寒清掃工場

期間 7月7日(火)まで。

種類 燃やせるごみ。

期間中の受入先 駒岡清掃工  
場(南区真駒内602)、白石清掃  
工場(白石区東米里2170  
1)。

◆発寒破砕工場

期間 7月7日(火)まで。

種類 燃やせないごみ・大型  
ごみ。

期間中の受入先 篠路破砕工  
場(北区篠路町福移153)、駒  
岡破砕工場(南区真駒内602)。  
※各工場の受入時間は日曜日  
を除く9時～16時。

〔詳細〕環境事業部施設管理課  
☎(211)2922

## 住民集団健康診査のご案内

日時・場所

| 月日       | 時間                   | 場所                          | 月日       | 時間                      | 場所                      |
|----------|----------------------|-----------------------------|----------|-------------------------|-------------------------|
| 6月26日(金) | 9時～11時<br>13時30分～15時 | 手稲コミュニティセンター<br>(手稲本町3条1丁目) | 7月8日(水)  | 9時～11時30分<br>13時30分～15時 | 前田中央会館<br>(前田8条11丁目)    |
| 6月29日(月) | 13時30分～15時           | 新陵小学校<br>(新発寒6条6丁目)         | 7月9日(木)  |                         |                         |
| 6月30日(火) | 9時30分～11時            | 星置会館<br>(星置3条9丁目)           | 7月10日(金) | 9時30分～11時               | 新発寒地区センター<br>(新発寒5条4丁目) |
| 7月4日(土)  |                      | 新発寒わらび会館<br>(新発寒3条5丁目)      |          | 13時30分～15時              | 金山会館<br>(金山2条2丁目)       |

内容・対象・費用

| 内容                               | 対象                              | 費用  |
|----------------------------------|---------------------------------|---|
| 健康診査                             | 40～74歳で国民健康保険にご加入の市民            | 受診券に記載の自己負担額                                  |
|                                  | 後期高齢者医療制度にご加入の市民                |   |
|                                  | 生活保護世帯、支援給付世帯で40歳以上の市民          | 無料  |
| 付加健診<br>(血液・貧血・心電図検査)            | 40～74歳で国民健康保険にご加入の市民            | 500円(健康診査と併せて受診、<br>付加健診のみの受診は不可)             |
|                                  | 後期高齢者医療制度にご加入の市民                |   |
| 肺がん検診<br>結核定期健康診断<br>(胸部エックス線検査) | 40歳以上の市民<br>(結核定期健康診断は65歳以上の市民) | 無料(医師の判断により <sup>かくたん</sup> 喀痰検査を行った場合は400円※) |
| 肝炎ウイルス検査                         | 肝炎ウイルス検査を受けたことがない市民             | 無料  |

※非課税世帯、生活保護世帯、支援給付世帯、65～69歳で後期高齢者医療制度被保険者、70歳以上の方は各種証明書を提示することで無料です。

- 健康診査受診時には、事前に郵送されている「受診券」と「健康保険証(生活保護世帯の方は生活保護受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認証)」を必ず持参してください。
- 胸部エックス線検査は、指定医療機関では実施していませんので、住民集団健康診査をご利用ください。
- 申し込みは不要です。上履きを持参して当日、直接会場へお越しください。

《詳細》保健センター ☎681-1211

## 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  | ダンスの集い                                     | 6月30日(火) | 13時～15時    | 1階<br>ホール        | —         | 300円<br>(当日納入) |
| ②  | 民謡を楽しむ集い                                   | 7月17日(金) | 14時～15時    | 1階和室<br>こぶし・しらかば | 先着<br>20人 | 200円<br>(当日納入) |
| ③  | 手稲人が語る「手稲人のための手稲の話」講座<br>「北海道への移住、我が家のルーツ」 | 7月21日(火) | 13時30分～15時 | 2階<br>第1・2会議室    | 先着<br>40人 | 300円<br>(当日納入) |

持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 ①当日、直接会場へお越しください、②6月19日(金)10時から電話か窓口で申し込み、③6月23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  | ダンスの集い  | 6月16日(火) | 13時～15時    | 1階<br>体育室 | —         | 300円<br>(当日納入)    |
| ②  | わくわく科学教室<br>仮説実験授業「花と実」   | 6月20日(土) | 13時～16時30分 | 2階<br>アポロ | 先着<br>16人 | 500円<br>(当日納入)    |
| ③  | 料理教室「塩レモンを使った料理」<br>塩レモンの作り方、サケのレモンクリームパスタ、<br>ミネストローネ、鶏肉のソテー塩レモンソース添え、<br>塩レモン入りフルーツカクテル | 6月22日(月) | 10時～12時30分 | 2階<br>研修室 | 先着<br>15人 | 2,000円<br>(材料費込み) |

対象 ②小学生。

持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ、②筆記用具、③エプロン、三角巾、手拭き用タオル。

申込 ①当日、直接会場へお越しください、②6月12日(金)9時から電話か窓口で申し込み、③6月11日(木)9時から電話か窓口で申し込み。

## 新発寒地区センターから

新発寒5条4丁目 ☎ 684-5571

| 区分 | 講座名  | 月日       | 時間            | 場所        | 定員        | 費用                |
|----|--|----------|---------------|-----------|-----------|-------------------|
| ①  | 元気な今だから考える終活講座<br>エンディングノート・遺言書編                 | 6月30日(火) | 10時～12時       | 2階<br>集会室 | 先着<br>16人 | 500円              |
| ②  | 韓国料理講座<br>プルコギキムパブ(韓国のり巻き)、サムゲタン<br>風鶏のスープ、海鮮チヂミ | 7月1日(水)  | 10時～13時       | 2階<br>実習室 | 先着<br>14人 | 1,800円<br>(材料費込み) |
| ③  | ダンスの集い   | 7月3日(金)  | 13時30分～15時30分 | 1階<br>体育室 | —         | 300円<br>(当日納入)    |

対象 ①②15歳以上の方(中学生は除く)。

持ち物 ①筆記用具、②エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具、③ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 ①6月11日(木)9時から電話か窓口で申し込み、②6月18日(木)9時から電話か窓口で申し込み、③当日、直接会場へお越しください。

### ◆図書室休室のお知らせ

6月12日(金)～18日(木)は蔵書点検のため休室になります。なお、本の返却は、「返却ポスト」をご利用ください。

広告



## 手稲消防団 消防総合訓練大会の開催について

手稲消防団では、地域の安全・安心を守ることを目的に、毎年、団員の消防技術向上のため、消火・救助・救急を取り入れた総合訓練大会を実施しております。大会では、少年消防クラブ員も日頃の訓練成果を披露します。また、女性消防団員による参観者へのAED心肺蘇生法の指導や、地域の皆さんが参加できるイベントもありますので、ぜひご来場ください。



日時 6月21日(日)9時50分～12時。  
場所 手稲稲積公園ていねプール駐車場(前田1条5丁目)。

《詳細》 手稲消防団本部(手稲本町2条5丁目手稲消防署予防課内) ☎ 681-2100

8月1日(土)より  
順次開講

## 手稲区体育館 スポーツ教室受講生募集!



| 対象   | 募集内容   |
|--|--|
| 16歳以上  | 【球技系】<br>卓球、テニス、ゴルフ、レディースバスケットボール  |
|  | 【フィットネス系】<br>体質改善ストレッチ、ゆる体操、ピラティス、あへあほ体操、ズンバ、体幹トレーニング、健康体操、3B体操、レディースヨガ、ナニアロハ、丹田エクササイズ、太極拳など |
| キッズ・ジュニア<br>(幼児、小・中学生)   | 卓球、バドミントン、バスケットボール、フットサル、テニス、バレーボール、ヒップホップ、チアダンス、リズムダンス、ジュニアエアロ、幼児運動英語教室など                   |
| ※受講料や日程、レベル等詳しい内容については、体育館で配布している時間割やホームページ( <a href="http://www.shsf.jp">http://www.shsf.jp</a> )をご覧ください。 |  |

申込 7月1日(水)～8日(水)10時～20時に電話か窓口で申し込み。

抽選 定員を超えた場合は7月10日(金)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 7月14日(火)～25日(土)10時～20時に同体育館へ来館し直接納入。

- 定員に空きのある講座は、7月11日(土)9時から電話で申し込み可(先着順)。
- 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。

《申込先・詳細》 手稲区体育館(曙2条1丁目) ☎ 684-0088