



【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1-1

☎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

<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>

●東区広報番組 さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)

「東区情報ひろば タッピー通信」毎週水曜日10時30分～40分

「タッピー通信い〜すストーリー」毎月第4土曜日13時15分～29分

平成27年6月1日現在の人口・世帯数  
国勢調査ベース

人口：260,249人 (前月比+87)

世帯数：126,099世帯 (前月比+114)

# ひがしくあのことろ

## ～第3回 創成川通～



北9条歩道橋から北を望んで (昭和52年12月撮影)



現在の創成川通 (平成27年6月撮影)



区内の昔の街並みなどを紹介していく「ひがしくあのことろ」。

第3回は「創成川通」です。

札幌市の中心部を東西に分ける幹線道路で、通称「石狩街道」と呼ばれています。

南北に流れる創成川を挟み、今も昔も変わらずに札幌の主軸となっています。







# んてん! のこうえん!

り、休憩したり、地域の憩いの場  
を知ってもらうため、東区内にある公  
に行ってきました。  
いの公園に足を運んでみませんか?

丘珠空港緑地管理事務所 ☎781-3051  
東区土木部維持管理課 ☎781-3521  
伏古公園管理事務所 ☎789-4361

## みんなが楽しく過ごすために

- 公園の遊具などを傷つけたりしないようにしましょう。
- 草花や樹木を折ったり、持っていかないようにしましょう。
- くずかごがない公園では、ごみや空き缶を持ち帰りましょう。
- 他の利用者の迷惑にならないように遊びましょう。
- 犬を散歩させるときは、つな（リード）でつなぎ、ふんは持ち帰りましょう。

※犬の放し飼いやふん尿の不始末は、札幌市畜犬取締り及び野犬掃とう条例で禁止されています。

詳細：環境局みどりの管理課 ☎211-2536

## おかだまくらこうりょくち 丘珠空港緑地

広大な敷地に、飛行機やヘリコプターの形をしたコンビネーション（複合）遊具など、空港に近い公園ならではの遊具があります。



飛行機が好きだから、よく遊びに来るよ!



飛行機の形の滑り台だよ!!



うまく渡れるかな?

よした そらのすけ  
吉田 颯之介くん(2歳7か月)

所在地 東区丘珠町220-1ほか  
アクセス 中央バス 丘珠北34条  
線「丘珠中央」下車







## みかほ 美香保公園

緑豊かで野球場や体育館などの運動施設やペットコーナーもあります。  
※ペットコーナーは、6月中旬から8月下旬まで



動物たちと触れ合う  
ことができるよ!!

# 魅力ま 東区

友達や家族と遊んだ  
なっている公園。  
皆さんに公園の魅力  
園にタッピーが遊び  
この夏、魅力いっぱい

詳細：(丘珠空港緑地)  
(ひのまる公園)  
(美香保公園)



所在地 東区北20～22条東4～5  
丁目  
アクセス 中央バス 北光線「北21条  
東8丁目」から徒歩10分

鉄棒が大好き!!

なかしま あさひ  
中島 朝陽くん(1歳11カ月)

## ひのまる公園

日の丸農場の跡地に造られた公園で、遊水路もあり、水遊びもできます。  
※遊水路は、7月上旬から8月下旬まで



暑い日は、遊水路で水遊びしよう!!



逆上がりに挑戦!!

所在地 東区北41条東10丁目1  
アクセス 地下鉄東豊線「栄町駅」  
3番出口から徒歩12分



公園内に「日の丸農場記念之碑」があるよ!







東区役所関連

東区役所 (北11東7)	☎741-2400
東区土木センター (北33東18)	☎781-3521
東保健センター (北10東7)	☎711-3211
北部市税事務所 (中央区北4西5アステイ45 9階)	☎207-3912
東消防署 (北24東17)	☎781-2100
東清掃事務所 (丘珠町873-1)	☎781-6653

7月11日からの内容を掲載しています

まちづくりセンター

鉄東 (北9東5)	☎721-3105
北光 (北18東5)	☎721-1271
北栄 (北25東7)	☎721-6336
栄西 (北42東4)	☎752-9536
栄東 (北41東14)	☎711-2203
元町 (北20東20)	☎781-5375
伏古本町 (伏古3-3)	☎784-5534
丘珠 (丘珠町183-2)	☎781-4283
札苗 (東苗穂7-2)	☎783-3608
苗穂東 (苗穂町3)	☎742-4427

3 9 1 3  
4 5 9階) 納税課 ☎(207)  
会場・詳細 北部市税事務所 (中央区北4西5アステイ  
用ください。  
相談を行っています。ご利  
17時15分〜20時に夜間納税  
毎週木曜日(祝日除く)

市税の夜間納税相談



8月は野菜摂取強化月間  
です。野菜をたくさん取る  
工夫などのパネル展示やレ  
シビの紹介を行います。ゼ  
ひお立ちよりください。  
日程①8月10日(月)〜14日(金)  
②8月15日(土)〜31日(月)  
会場①東区民センター。  
②東保健センター。  
詳細健康・子ども課健やか  
推進係 ☎(711) 3211

もっと食べよう！  
野菜パネル展



野菜を手軽に食べましょ  
う！簡単にできる野菜のお  
かずを紹介します。  
日時 8月25日(火)10時30分  
〜13時。  
会場 東区民センター2階実  
習室。  
対象 東区にお住まいの方  
(中学生以上)。託児なし。  
男性や学生も大歓迎。  
費用・定員 無料。30人(先  
着順)。  
実習 献立野菜を使ったおか  
ず数品。  
持ち物 エプロン、三角巾(バ  
ンダナなど)、手拭き用タ  
オル、食器用ふきん、筆記  
用具。  
申込 7月13日(月)〜31日(金)に  
電話または直接窓口で申し  
込み。  
詳細健康・子ども課健やか  
推進係 ☎(711) 3211

野菜DEお手軽  
クッキング参加者募集

ジャズとポップが奏でる夜 M'Rouge サマースペシャルライブを開催します。

幅広い分野の名曲をジャズにのせてお送りします。お楽しみに。

日 時 7月17日(金)18時〜19時30分。  
会 場 東区民センター2階大ホール。  
出 演 M'Rouge (藤田実季子、佐竹まどか、中岡洋介、土橋光晴。  
曲 目 「夏の唱歌メドレー」、「フライ・ミー・トゥー・ザ・ムーン」、  
「コーヒールンバ」ほか。  
費用・定員 無料(整理券必要)・350人程度。  
申 込 整理券は東区役所3階地域振興課で配布中。電話での整理番号取得も可能です。  
詳 細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2429



児童会館 <http://www.syaa.jp/>

- ひばりシアター  
みんなで映画鑑賞をしよう！  
(丘珠ひばり・7/24(金)14時〜16時)
- な〜ぼまつり2015  
年に一度の夏まつり！  
(苗穂・7/25(土)13時30分〜15時30分)



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		



# 子育て情報掲示板



## 「親子DEクッキング&牛乳・乳製品工場見学」 参加者募集

牛乳・乳製品工場（ミルクの郷）を見学して、親子で乳製品を使った簡単なおやつを楽しく作って食べよう！

日時 ①8月3日(月)13時～15時。②8月17日(月)13時～15時。

会場 サッポロさとらんどセンター1階料理実習室（丘珠町584番地2）。

対象 ①小学生と保護者。②就学前のお子さん（3歳以上）と保護者。

費用・定員 無料。親子各15組（先着順）。

持ち物 エプロン、三角巾（バンダナなど）、手拭き用タオル、筆記用具。

申込 7月13日(月)～21日(火)に電話または直接窓口で申し込み。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



## 「子育て講座」受講者募集

### ■「食育～乳幼児のおやつ」

日時 8月6日(木)10時30分～11時30分。

会場 ちあふる・ひがし（北9条東7丁目1-25）。

対象 0歳～就学前のお子さんの保護者。

費用・定員 無料。15人（先着順）。

申込 7月23日(木)9時から電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331



### ■「幼稚園ってどんなところ？」

日時 8月26日(水)10時～11時30分。

会場 東区役所3階第4会議室。

対象 東区にお住まいの就学前のお子さんの保護者。

講師 市立幼稚園主任教諭。

その他 託児あり。

費用・定員 無料。20人（先着順）。

申込 7月16日(木)9時から電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331



## 食中毒を防ぎましょう！

詳細：健康・子ども課生活衛生係 ☎711-3213

食中毒が多発する時期になりました。食中毒の原因の大部分は、細菌やウイルスによるものです。3つの決まり（食中毒予防の3原則）を守って、食中毒を防ぎましょう。

### 細菌を につけない！

台所を清潔に保ち、手・食材をしっかりと洗いましょう。

### 細菌を ふやさない！

料理は室温に放置しないで早めに食べましょう。保存するときは冷蔵庫へ。

### 細菌を やっつける！

料理をするときは十分な加熱を。また、調理器具を消毒（煮沸など）しましょう。

## ファイターズ公式戦ご招待！東区民応援デー

北海道日本ハムファイターズでは、8月27日(木)18時から札幌ドームで行われる埼玉西武ライオンズ戦のC指定席に、区内にお住まいの方1,000組2,000人をご招待します。

申込方法 次のいずれかの方法でお申し込みください（1組1回限り）。

応募多数の場合は抽選となります。

### ①往復はがき

観戦希望者（2人1組）の代表者の住所、氏名、年齢、性別、電話番号、ファイターズファンクラブ会員番号（会員の場合のみ）、昨年の札幌ドームでの観戦回数、「応援デー」を何で知ったか（広報さっぽろ・告知ポスター・その他）、返信先（返信はがき）を記入し、送付してください。

### ②球団ホームページから

○パソコンの場合 <http://www.fighters.co.jp/kansen/>にアクセスし、申し込みフォームに従って所定事項を入力してください。

○携帯電話 スマートフォンの場合 右のQRコードよりアクセスし、申し込みフォームに所定事項を入力してください。



詳細・送付先 〒062-8655 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地

株式会社北海道日本ハムファイターズ「東区民応援デー」係 ☎857-3939

※応募者の個人情報は、株式会社北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送、札幌ドームチケット販売のダイレクトメールなどによる案内以外には利用されません。

締め切り  
7/21(火)  
当日到着分  
まで有効



表中の記号の見方

## 区内各施設の講座など

**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の  
**先着** = 先着順 **抽選** = 多数時抽選

※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。

### 東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500 東区民センター 検索 クリック!

【申込】①②③は申込日の10時～17時に電話または直接窓口で申し込み。  
 ※受講者が少ない場合は開講を中止する場合があります。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①夏休みこども「茶道」教室	7/25(土)～29(水) (全5回) 10時～12時	受講料 800円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 20人	7/13(月)から [対象] 小・中学生
②夏休みこども「囲碁」教室	7/27(月)～29(水) (全3回) 14時～16時	受講料 500円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 20人	7/13(月)から [対象] 小・中学生 ※初心者コース・経験者コ ース各10人
東区民センター「サマーコンサート」 出演：蝦夷吹奏楽団	8/9(日)18時開演 (17時30分開場)	無料 (入場整理券必要)	<b>直接会場</b>	7/14(火)から入場整理券を東 区民センターで配布
③東区民センター区民講座 「和紙ちぎり絵講座」	8/26～9/16(水) (全4回) 13時30分～15時30分	受講料 2,600円 材料費 1,000円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 20人	7/27(月)から

### 元町図書館 北30条東16丁目3-13 ☎784-0841 元町図書館 検索 クリック!

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	7/15(水) 13時～16時	無料	<b>直接会場</b>	修理が必要なおもちゃ持参 (部品交換は実費負担)
本の読み聞かせ ～夏のスペシャル～	7/18(土) 11時～12時	無料	<b>直接会場</b>	[対象] 幼児以上 (幼児は保護者同伴)
こども工作会 ～ばたばたあおごう!手づくりうちわ～	7/29(水) 14時～16時	無料	<b>要申込</b> <b>先着</b> 10人	7/18(土)9時15分から元町図 書館カウンターで受け付け [対象] 小学3～6年生
怖いおはなしの会 ～怪談・恐怖体験など～	8/5(水) 11時～12時	無料	<b>直接会場</b>	-

### 東区体育館 北27条東14丁目3-1 ☎751-5250 東区体育館 検索 クリック!

■7・8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。抽選結果は、7/21(火)13時以降、電話でご確認ください。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。  
 ※受講料のほかに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】 太極拳入門・中級 【球技系】 グループ卓球A・B・C、ナイトテニス初中級、グループテニスA・B、 卓球入門・初級	7/15(水)～20(祝)

■エスポラーダ北海道がコーチとしてやってきます!  
 【申込】申込期間の9時～20時に電話で申し込み。詳細については、東区体育館にお問い合わせください。

対象	教室名	日時	定員	受講料	申込日(期間)・備考
小1・2年生	SHSF夏短キッズフットサル	7/27(月)～29(水) (全3回) 9時30分～10時30分	<b>要申込</b> <b>先着</b> 各30人	1,760円	7/15(水)から
小3・4年生	SHSF夏短ジュニアフットサル	7/27(月)～29(水) (全3回) 11時～12時			

広告

イラストレーションをしないよう、ゆとりを持って出掛け、スピードダウンを心掛けましょう。





**ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323**

〔申込〕①③申込期間初日の9時10分～9時20分、②④18時10分～18時20分に窓口で整理券を配布。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、以降平日9時～19時に電話または直接窓口で受け付け（先着順）。  
〔その他〕7/18(土)～24(金)は蔵書一斉点検のため図書室はお休みです。期間中の本の返却は「返却ポスト」をご利用ください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
絵本の読み聞かせの会	7/15(水)、29(水)、8/5(水) 15時～16時頃	無料	直接会場	〔対象〕幼児以上 (幼児は保護者同伴) ※後半は小学生向けのプログラムも用意
お手軽運動講習会	7/22(水)、8/5(水) 13時30分～15時30分	無料	直接会場 先着 各50人	※上靴、汗拭きタオル、飲み物を持参してください
使いこなそう! ウインドウズ8.1講座 ①午前の部 ②夜間の部	7/23～8/10(月・木)(全6回) ①9時30分～11時30分 ②18時30分～20時30分	受講料 3,500円 教材費 1,700円	要申込 抽選 各20人	7/13(月)から 〔その他〕教材費はパソコンレンタル料を含みます
一歩進んだパソコンエクセル 基礎講座 ③午前の部 ④夜間の部	8/17～9/17(月・木)(全10回) ③9時30分～11時30分 ④18時30分～20時30分	受講料 5,800円 教材費 2,500円	要申込 抽選 各20人	8/3(月)から 〔その他〕教材費はパソコンレンタル料を含みます

**栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005**

〔申込〕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、電話または直接窓口で受け付け（先着順）。  
〔その他〕「お話の扉(朗読)」・「夏の子ども映画会」を開催。詳細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
夏休み子ども卓球初心者入門	7/30(木)・31(金)・8/1(土)(全3回) 13時30分～15時30分	受講料 600円	要申込 抽選 12人	7/13(月) 〔対象〕小学4～6年生の初心者
夏休み子ども将棋初心者入門	8/3(月)・4(火)・7(金)(全3回) 14時～16時	受講料 600円	要申込 抽選 20人	7/13(月) 〔対象〕小学生の初心者
夏休み科学教室 ～自分の手でラジオを作ろう～	8/6(木) 13時～15時	受講料 無料 教材費 1,000円	要申込 抽選 16人	7/13(月) 〔対象〕小学4～6年生

**苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833**

〔申込〕①電話または直接窓口で申し込み。②申込日の10時～17時に電話または直接窓口で受け付け、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、電話または直接窓口で受け付け（先着順）。③申込日の10時から電話または直接窓口で受け付け（先着順）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①歌声サロン	7/2(木)、16(木)、30(木) 13時30分～15時	受講料 各800円	要申込 先着 各20人	募集中
たのしいおはなし会	7/23(木) 11時～11時30分	無料	直接会場 20人	〔対象〕幼児以上 (幼児は保護者同伴)
②小学生から大人まで ヴァイオリン講座 ～「ハレルヤ」～に挑戦!!	8/24・31・9/7・14・28(月) (全5回) 16時～17時	受講料 2,500円	要申込 抽選 10人	7/29(水) 〔対象〕入門程度の経験がある小学生以上
③若石足もみ健康法 消化器調整(胃・十二指腸他)	8/27(木) 13時30分～15時30分	受講料 800円	要申込 先着 15人	7/24(金)から

広告





- ① タッピーが新しくなった「さかえまち公園」を訪問しました。
- ② 通称「かぼちゃ公園」にちなんだ、かぼちゃの椅子を発見！

「さかえまち公園」

所在地：北46条東15丁目3番  
 管理者：東区土木部維持管理課 ☎781-3521



栄東地区  
 たんぼぽ町内会 会長

えびな たつひろ  
**蛸名 建公** さん

「地域で一緒に考えた『みんなの公園』」  
 「さかえまち公園」  
 「地域の皆さんから貴重な意見をいただくことができ、整備計画に反映することができました」と蛸名会長は目を細めます。子どもの歓声が響く、安心安全な、これまで以上に親しまれる『みんなの公園』の誕生です。

「昨年、公園内でけがをされたお子さんが出たことをきっかけに公園整備の話がありました。これまでの公園利用で気付いた点や改善してほしいことについて地域でアンケートを採り、東区土木部との意見交換会で地域の要望を伝えました」。

高齢者や幼児に配慮した、公園入口段差の解消、新しい複合遊具の導入など利用者の要望を取り入れ、整備工事が行われた「さかえまち公園」。

「この公園の整備計画の際、蛸名会長は地域の要望を取りまとめ、東区土木部との調整に当たりました」。

43年ぶりに全面改装された「さかえまち公園」。

地域で一緒に考えた『みんなの公園』

まちづくりに励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。  
 今月は栄東地区「たんぼぽ町内会」会長の蛸名建公さんを紹介いたします。

教えて！  
 タッピー

「夏」にちなんだメニューを教えてください。

暑いときには、辛いもので代謝機能を活性化！野菜たっぷりの「キーマカレー」を紹介します。



夏のおひさまキーマカレー

材料(4人分)

- 【キーマカレー】 タマネギ…1個 ニンジン…1/2本 豚ひき肉…200g  
 トマト缶…1/2缶(200g) 水…200ml カレールウ…4個
- 【トッピング】 ナス…1個 カボチャ…100g 小松菜…50g ご飯(適量)  
 ミニトマト…4個 卵…4個 スライスチーズ…1枚

作り方

- ① フライパンに油を熱し、みじん切りにしたタマネギ、ニンジンを炒める。しんなりしたら、ひき肉を加えて炒める。
- ② ひき肉の色が変わり、火が通ったらトマト缶、水を入れる。煮立ったら、カレールウを加え、煮込む。
- ③ ナス、カボチャ、小松菜は一口大に切って耐熱皿に入れ、水大さじ1をかけ、ラップをして電子レンジで加熱する(またはフライパンで焼く)。ミニトマトは半分に切る。目玉焼きを焼く。スライスチーズを小さな三角形に切り、黄身の周りに並べる。野菜と目玉焼きをカレーにのせて完成。



トッピングに使う野菜は好きなものや冷蔵庫にあるものでOKです。

レシピ考案者  
 天使大学栄養学科4年 倉内さくらさん

広告

