



輝かしい北大のイチョウ並木

撮影日 2014.10.28
撮影場所 北大構内(北12条西5丁目付近)

写真・文 浦田 ミサ子 さん

札幌に来て50年近く。初めて見た輝かしいイチョウ並木に驚き、思わずパチリ…とシャッターを。お友達と二人、歓声を上げました。

この作品は北区役所1階および北区ホームページ「みてきて北区」にてカラーで公開しています。

北区の写真 ☆ 募集中!

こちらには、皆さんからご応募いただいた作品「北区の街・人・風景」を掲載しています。詳細は、北区ホームページか総務企画課広聴係まで!

北区写真展を開催

ご応募いただいた写真などを展示します。詳しくは「きた4」ページをご覧ください

北区HP「みてきて北区」

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

Eメール

ki.somu@city.sapporo.jp

編集：北区市民部総務企画課広聴係

〒001-8612 北区北24条西6丁目 ☎ 757-2503 FAX 757-2401

北区の人口と世帯数

国勢調査の実施に伴い、速報値が公表されるまでの間は掲載を見合わせます

北区役所・北区関連施設お問い合わせ先

係【窓口番号】	電話番号	係【窓口番号】	電話番号	係【窓口番号】	電話番号	出張所・まちづくりセンター	電話番号	
北区役所(北24西6)	(代表) 757-2400	福祉支援一・二係【21】	757-2464	保護三課	保護一係	757-2528	屯田(屯田5-6)	772-1260
市民部	757-2403	保健支援係【23】	757-2465		保護二係	757-2529	麻生(北39西5)	757-5810
		相談担当【21】	757-2509		保護三係	757-2527	太平百合が原(太平8-7)	771-9180
総務企画課		健康・子ども課(北保健センター 北25西6)			保護四係	757-2530	拓北・あいの里(あいの里1-6)	778-2355
庶務係【33】	757-2403	健康予防係	757-1185	保護四課	保護一係	757-2531	北区関係公的機関	電話番号
地域安全担当【33】		健やか推進係	757-1181		保護二係	757-2532	北部市税事務所	207-3912
選挙係【32】	757-2404	家庭児童相談室	757-1182		保護三係	757-2535	(中央区北4西5アスティ45 9階)	
広聴係【17】	757-2503	子ども家庭福祉係	757-2563	保険年金課		北清掃事務所(屯田町990)	772-5353	
戸籍住民課		母子・婦人相談員	757-2564	給付係【10】	757-2491	北消防署(北24西8)	737-2100	
戸籍係【7】	757-2415	子育て支援担当	757-2566	保険係【9】	757-2492	北部水道センター(新琴似6-2)		
住民記録係【3】【5】	757-2412	生活衛生係	757-1183	収納一・二係【11】	757-2493	北部料金課	762-7200	
地域振興課【31】	757-2407	生活保護【27】【28】【29】		年金係【8】	757-2495	北部配水管理課	762-7300	
土木部(北区土木センター 太平12-2)		相談担当	757-2517	出張所・まちづくりセンター	電話番号	北区社会福祉協議会	757-2482	
維持管理課	771-4211	保護一係	757-2513	篠路【篠路出張所】(篠路4-7)	771-2231	(北24西6北区役所1階)		
保健福祉部		保護二係	757-2514	鉄西(北10西4)	726-5285	北老人福祉センター(北39西5)	757-1000	
保健福祉課		保護三係	757-2516	幌北(北17西5)	726-6345	北区保育・子育て支援センター	757-5380	
地域福祉係【25】	757-2470	保護一係	757-2519	北(北29西7)	726-4385	【ちあふる・きた】(北25西3)		
活動推進担当【25】		保護二係	757-2523	新川(新川11-4)	762-2604			
福祉助成係【24】		757-2462	保護三係	757-2524	新琴似(新琴似7-4)	761-4205		
給付事務係【22】	757-2463	保護四係	757-2554	新琴似西(新琴似7-14)	762-8767			

今月は、私たち中学生広報記者4人が「ボランティア」をテーマに取材した3つの団体と、ボランティア活動の相談窓口である北区社会福祉協議会をご紹介します。
皆さんも身の回りのボランティアや地域のボランティアについて、考えてみませんか？

活動紹介

篠路千ヨボラ会

篠路地区の皆さんが、「自分の健康のため」「地域の役に立ちたい」と思い立ち、平成21年にボランティア団体「篠路千ヨボラ会」を結成しました。54歳から85歳まで125人のメンバーが活動しています。地域のごみ拾いや草刈りなどの美化活動や、地域の行事で出される料理を準備する料理ボランティアなど、さまざまな活動を行っています。



旧琴似川の草刈りを取材しました。

うの 鶴野会長さん（写真右）は「自分のしたいことを、自分のできる範囲でやるのがボランティア活動を長く続けるヒケツだよ」と話してくれました。

おくやま 奥山事務局長さん（写真左）は「『千ヨボラ』は『ちよこつとボランティア』のこと。

気軽にちよこつとでも参加するっていう意味ですよ」と教えてくれました。



いけじり 池尻記者

窓口紹介

北区社会福祉協議会

北24条西6丁目北区役所1階
☎ 757-2482

「ボランティア活動を始めたいけど、どうしたらいいの？」と困ったときの相談窓口として、北区社会福祉協議会があります。ボランティアを始めたい方の相談に応じたり、区内で活動しているボランティア団体の紹介もしたりしています。また、もっとボランティアに関する知識や技術を身に付けた方には、研修会や講座の案内もしています。



今回で紹介した3つの団体も北区社会福祉協議会で紹介しています。ボランティアに興味や関心のある方は、相談してみてもいいでしょうか？

同協議会のやまざき 山崎さん（写真左）は「ボランティア活動で一番大切なのは、『ほかの人を思いやる心と行動』だよ」と教えてくれました。

かわはら 川原記者



いけじり けん と 池尻 賢人 北海道教育大附属札幌中2年

今回の取材で、今までは自分には遠いものだと思っていたボランティアが、意外と身近にあることが分かりました。普段経験できないことも体験できるいい機会になりました。

かわはら ひろ か 川畑 寛香 北辰中1年

今回の取材で、子どもから大人まで役立つような草刈りやひよっこ踊りなどをやっていて、すごいなと思いました。私も人のために何か役立てるようなことをしたいです。



編集後記

かわはら はなの 川原 華乃 北辰中1年

今回、中学生記者を体験して、ボランティアに関心がわきました。人を取材するという貴重な経験ができてよかったです。これからの学校生活にも生かしていきたいです。

なりた あゆ 成田 愛結 屯田北中3年

取材はもっと大変だと思っていたけれど、意外と楽しくてびっくりしました。ボランティアは普段から知っていたけれど、ここまで知らなかったのが、面白かったです。



中学生広報記者
が全力取材!

あなたにもできる

ボランティア

活動紹介

つくしんぼ& 北海道武蔵女子短期大学図書館ボランティア

昭和61年から約30年にわたり新琴似図書館などで読み聞かせボランティアを行っている「つくしんぼ」と、主に大学の図書館で展示やイベント企画などを行う「北海道武蔵女子短期大学図書館ボランティア」。この2つの団体が、今年から合同で、毎月1回区民センターで読み聞かせをしています。活動を始めて約半年、互いに意見交換することで良い刺激になっているとのこと。ボランティアを始めた理由は「子どもたちを楽しませたかった」「新しいことに挑戦したかった」と人それぞれでしたが、皆さん「子どもたちの笑顔がやりがいです」と語っていました。

かわばた
川畑記者



つくしんぼの中村さん(写真左)から武蔵女子短期大学図書館ボランティアの寺西さん(写真中)と関さん(写真右)に、読み聞かせのコツを伝えている光景も見られました。



活動紹介

縁起 ばんぶく 芸能 万福ひょっこ踊り

平成19年から芸能ボランティアとして、札幌を中心に活動しているメンバーの皆さん。年齢層は幅広く33歳から85歳まで。総勢60人のメンバーのうち、40人が女性とのこと。介護施設や敬老会、地域のお祭りなどで踊りを披露しています。郷土芸能を紹介するためにニューヨークやウィーンなどの海外で踊りを披露したこともあるそうです。

なりた
成田記者



踊りの練習を取材しました。皆さん「お客さんの笑顔がやりがいです」と話してくれました。

こんな
ボランティア活動
もありますよ～



私たち中学生
広報記者が

今回の取材で分かったこと

ボランティア活動には、資格や特別な知識が必要な難しいイメージを持っていましたが、今回の取材を通して、次のことが分かりました。

- ボランティア活動に必要なのは、周りの人のために何かしようという気持ち
- 基本的には特殊な資格や知識は必要ない
- 困っている人を助ける、まちのごみ拾いをするのも立派なボランティア活動

これなら、
今からでも、
私たちにも
できることは、
たくさんある!

学生相談と大学等における学生支援の在り方について～こころのSOSに気づくためには～《無料》

12月4日(金) 18時30分～20時30分〔18時開場〕
アキユ
A C U大研修室1606 (中央区北4西5 アスティ45 16階)

青年期のこころのサインについて知識を深め、学生などの相談・支援に生かすことを目的とした講演会です。

- 講師 杉江 征 氏 (筑波大学人間系心理学域 教授)
- 定員 先着100人
- 申込・詳細 電話またはファクスで、11月12日(木)～12月3日(木)に市コールセンター (ファクスの場合は、行事名、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、職業、返信先を記入)
☎222-4894、FAX 221-4894
- ※ホームページ (<http://www.city.sapporo.jp/callcenter/uketsuke/index.html>) から申し込むこともできます

北区役所 (北24西6)
☎757-2400<代表番号>
※北区役所の各課・系の電話番号は「きた1」ページをご覧ください

北区写真展《無料》

11月27日(金)～12月11日(金) 9時～21時 (最終日は13時まで)
太平百合が原地区センター (太平12-2)

北区で行われているまちづくり活動や、四季折々の風景などを写真で紹介します。写真を通じて北区の魅力に触れてみませんか。

■詳細 総務企画課広聴係 ☎757-2503

子ども会 学校スノーキャンプ参加者募集《4000円》

1月9日(土) 9時30分～10日(日) 11時
滝野自然学園 (南区滝野106)

- 内容 雪像づくり、スノーキャンドル作りなど
- 対象・定員 区内にお住まいの小学3～6年生・先着100人
- 申込・詳細 12月9日(水)～11日(金)10時30分～17時に市子ども会育成連合会北区支部 (北25西6 北区民センター内)
☎、FAX 736-5531
- ※参加申込書の提出と費用の納入は12月16日(水)10時30分～17時に同支部へ



第35回北区障がい児童文化作品展の作品募集

北区役所1階ロビーで行う、障がい児童文化作品展 (11月30日(月)～12月4日(金)) の作品を募集します。

- 対象 区内にお住まいで、障がいのある小中学生
- 募集作品 絵・工作・書道など
- 申込・詳細 11月20日(金)までに保健福祉課福祉支援二係 ☎757-2464

障がいのある方の地域の相談先《無料》

受付時間：月曜日～金曜日 (祝日を除く) 9時～17時

障がいのある方や、そのご家族からのさまざまな相談をお受けします。

相談室	住所	連絡先
つぼみ	北26西3	☎ 299-7246 F 299-7240
ぼらりす	北21西5	☎ 757-1871 F 757-1872
らっく	北38西4	☎ 769-0981 F 214-0904

区分	相談員	連絡先	区分	相談員	連絡先
肢体	松田	☎・F 762-0791	視覚	近藤	☎ 090-8705-2274
	檜原	☎・F 762-0729	聴覚	渡辺	F 757-1057
	和崎	☎・F 771-8421	内部	中山	☎・F 764-2824
	後藤	☎・F 757-3950	知的	小島	☎ 080-4581-7642
	高橋	☎・F 717-0920		堀	☎ 080-4581-7643
	田中	☎ 771-2562	☎…電話 F…ファクス		

■詳細 保健福祉課福祉支援一係 ☎757-2464

納付・納税相談

国民健康保険料 休日・夜間納付相談

11月29日(日) 10時～15時
11月24日(火)、25日(水)、26日(木)、27日(金) 17時15分～19時30分
北区役所1階①窓口 (北玄関 (休日夜間通用口) をご利用ください)

- 必要書類 国民健康保険料納付通知書、印鑑、現在の収入が分かるもの (直近3カ月間の給与明細など)
- 詳細 保険年金課収納一・二係 ☎757-2493

市税 夜間納税相談

11月12日(木)、19日(木)、26日(木)、12月3日(木)、10日(木) 17時15分～20時
北部市税事務所 (中央区北4西5 アスティ45 9階)

- 毎週木曜日 (祝日を除く) に、夜間納税相談を行っています。ご利用ください。
- 詳細 北部市税事務所納税課納税係 ☎207-3913

保健センターから

北保健センターのおすすめランチ

11月16日(月)～22日(日) 11時～14時
札幌サンプラザレストラン (北24西5) 《900円 (税込)》

- メニュー スープ水ギョーザ、カニ玉チリソース、シーフードサラダ、ご飯 (野菜使用量120g、エネルギー613kcal)
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

ボランティア・はじめの一步講座2015《各全2回・各500円》

ボランティアやサロンで使える折り紙・バルーンアートを実際に作って学ぶ講座です。

講座内容	月日	実施時間	会場
折り紙	11月21日(土)、 28日(土)	10時～12時	北区民センター 3階青年の部屋
バルーンアート		14時～16時	

- 対象・定員 区内にお住まいでボランティア活動に興味・関心のある方・各15人
- 申込・詳細 11月13日(金)までに北区社会福祉協議会 ☎757-2482

口腔ケアの重要性と歯を失ったときの治療法について《無料》

12月10日(木) 13時～14時／北保健センター2階講堂

口腔ケアの重要性と最新の治療法（インプラントなど）について歯科医師からお話しいただきます。

- 対象・定員 区内にお住まいの方・先着80人
- 申込・詳細 11月30日(月)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

Y D K (やればできる健康づくり) 札幌市医師会・地域健康教室《全2回・無料》

月日	実施時間	会場	内容
12月2日(水)	13時30分～15時30分	北区民センター2階講義室	<ul style="list-style-type: none"> ●保健師からのお話 「わが街の健康に関する課題を知ろう」 ●歯科衛生士からのお話 「健康に近づく第1歩～お口から～」 ●医師からのお話 「教えて！先生 高血糖って何？」 「高血糖予防のために必要なことは？」
12月18日(金)	10時～11時30分	北区民センター3階ホール	<ul style="list-style-type: none"> ●管理栄養士からのお話 「健康に近づく第1歩～食事から～」 ●運動（実技・50分）

- 対象・定員 区内にお住まいの40歳以上で運動に支障のない方（原則2回とも参加できる方）・先着30人
- 申込・詳細 11月27日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

胃がん・大腸がん検診（予約制）

11月27日(金) 9時～10時
北保健センター《胃がん700円／大腸がん400円》両方の受診可

- 対象・定員 区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方・先着50人
- 70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方、支援給付世帯の方は費用が免除されますので、保険証や生活保護受給証明書、課税証明書などの証明できる書類をお持ちください
- 検査日の1週間前までに、北保健センターに検査セットを取りにお越しください
- 申込・詳細 11月20日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

住民集団健康診査

種類	対象	費用
健康診査	40～74歳で札幌市国民健康保険に加入の方	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度に加入の方	
	生活保護世帯で40歳以上の方	無料
	支援給付世帯で40歳以上の方	
肺がん検診	40歳以上の方	無料（医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円）
肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料

- 健康診査受診時には、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書）を必ず持参してください
- 健康診査以外の検診は受診券は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものを持参してください
- 当日、直接会場へお越しください

月日	実施時間	会場
11月12日(木)	9時30分～11時	篠路駅前団地福祉会館（篠路5-4）
	13時30分～15時	新琴似双葉福祉会館（新琴似9-14）
11月27日(金)	9時30分～11時	屯田地区センター（屯田5-6）
12月1日(火)	9時30分～11時	拓北・あいの里地区センター（あいの里1-6）
12月2日(水)	9時30分～11時	麻生地区会館（北39西5）

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

子育て情報

にこにこ子育て応援隊募集

子どもと楽しく遊んだり、子育て家庭を見守るボランティア活動を始めてみませんか。活動に興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

- 活動内容 子育てサロンやイベントでの親子とのふれあい活動、絵本の読み聞かせ、遊具作りなど
- 対象 子どもが好きな方、子育て家庭を応援したい方
- 申込・詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎757-2566



赤ちゃんといっしょ《無料》

12月2日(水) 13時30分～15時15分〔受け付けは13時から〕
北区民センター3階児童室

日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てに関わる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。また、母親教室に参加している妊婦さんたちとの交流もあります。

- 対象 生後1～3カ月の初めてのお子さんとお母さん(参加は1回に限ります)
- 申込 当日、直接会場へ
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

区内各施設の講座など

※申し込みや内容の詳細、また掲載していない行事などについては各施設にお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	受付期間・備考
北区民センター（北25西6） ☎757-3511 札幌市北区民センター <input type="text" value="検索"/> click!				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 ②受付時間は9時～21時				
つくしんぼ&武蔵女子短期大学 図書館ボランティア「おはなしの会」	12/5(土) 11時～11時30分	無料	直接会場 赤ちゃんから大人までどなたでも参加 できます	11/11(水)～12/16(水)
みんなの茶の間オープンカレッジ ①障がい年金 ②生命保険の買い入り方	12/16(水) 13時30分～15時30分		要申込 先着 20人	
冬のコンサート	12/19(土) 14時～16時 (13時30分 開場)		要申込 先着 200人(要整理券)	
篠路コミュニティセンター（篠路3-8） ☎771-3700 篠路コミュニティセンター <input type="text" value="検索"/> click!				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 ②受付時間は9時～20時				
おはなしの会「まんまるころころ」	11/21(土) 10時～10時30分	無料	直接会場	
みんな集まれ!キッズなひろば	11/21(土) 10時～14時	当日 100円 (高校生以上)	直接会場 木のおもちゃやアナログゲームで遊べます	
コミセン日曜シネマ	11/22(日) 10時～12時	無料	直接会場 [上映]「人生、いろいろ」	
パソコン講座 初めて使うパワーポイント《全5回》	11/30(月)、12/2(水)、4(金)、7(月)、9(水) 18時45分～20時45分 ※11/21(土)にオリエンテーション	4000円 11/21までに納入	要申込 先着 10人	11/11(水)～21(土) 教材費含む
拓北・あいの里地区センター（あいの里1-6） ☎778-8000 拓北・あいの里地区センター <input type="text" value="検索"/> click!				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み不可 ②受付時間は8時45分～17時15分				
おはなし会「ずくぼんじょ」	12/5(土) 14時～15時	無料	直接会場 [対象] 小学校低学年以下	
新琴似・新川地区センター仮事務所（新琴似2-6） ☎765-5910 新琴似・新川地区センター <input type="text" value="検索"/> click!				
※エレベーター設置工事に伴い、休館中。休館中のお問い合わせは仮事務所へ				
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 休館期間の変更について 休館期間は平成28年1月上旬までの予定でしたが、平成28年2月中旬まで延期となる見込みです。業務再開後の貸室受付開始時期については、仮事務所へお問い合わせください。 </div>				

広告



表中の記号

申込時 = 申込時に納入

直接会場 = 当日直接参加するもの

先着 = 先着順

当日 = 当日に納入

要申込 = 事前の申し込みが必要なもの

抽選 = 多数時抽選

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	受付期間・備考
屯田地区センター (屯田5-6) ☎772-1811 屯田地区センター <input type="text" value="検索"/> click!				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 (窓口申し込み優先) ②受付時間は9時～21時				
クリスマス親子お楽しみ会 ピエロと遊ぼう&ジャグリング	12/12(土) 13時30分～15時	無料	要申込 先着 180組 (要整理券)	11/11(水)～12/11(金) 電話申し込み不可 センター窓口で整理券配布 〔対象〕3歳～小学生のお子さんとその保護者
年越しそば 第一弾	12/12(土)	受講料各1200円 教材費各 700円 ※受講料は申込時、教材費は当日に納入	要申込 先着 各10人	11/11(水)～12/11(金)
年越しそば 第二弾	12/26(土)			11/11(水)～12/25(金)
太平百合が原地区センター (太平12-2) ☎770-6531 太平百合が原地区センター <input type="text" value="検索"/> click!				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 ②受付時間は9時～21時				
古本交換市	11/13(金) 14時～16時	無料	直接会場 持参した本と10冊まで交換できます。 ガイドブック・参考書・全集などは交換不可	
絵本読み聞かせ「ドリームランド」	11/20(金)、12/4(金) 10時～11時		直接会場 紙芝居、手遊び、昔遊びなど	
第13回 囲碁大会	12/5(土) 9時30分～15時30分	300円 11/30までに納入	要申込 先着 40人	11/20(金)～30(月)
手打ちで年越しそば (講師が作ったお土産そば・つゆつき)	12/12(土) 13時30分～15時30分	1700円 12/7までに納入	要申込 先着 10人	11/28(土)～12/7(月) 教材費含む 〔持ち物〕エプロン、タオル、三角巾 (バンダナなど)
北区体育館 (新琴似8-2) ☎763-1522 北区体育館 <input type="text" value="検索"/> click!				
〔休館〕11/16(月) / 〔対象〕16歳以上 / 〔65歳以上・障がいのある方〕【 】内の金額 (要証明) / 〔施設利用料〕毎回掛かります				
体質改善ボール&ウエーブdeシェイプ《全10回》	12/7～3/14の毎週月曜日 (12/28、1/4、11、25、2/22を除く) 19時～20時	5360円 【4820円】	要申込 抽選 30人	
肩こり改善健康体操《全11回》	1/6～3/16の毎週水曜日 9時～9時50分	7010円 【6310円】	要申込 抽選 20人	11/11(水)～15(日) 9時～20時 電話申し込み可 ※11/17(火)14時抽選後、受講の可否要問い合わせ
働きざかり世代脂肪燃焼フィットネス《全11回》	1/9～3/19の毎週土曜日 13時～14時	各5890円 【各5300円】	要申込 抽選 各30人	〔納入期間〕 11/18(水)～29(日)
ボディシェイプエアロ《全11回》	1/9～3/19の毎週土曜日 18時～19時			
スリムヨガ《全11回》	1/12～3/22の毎週火曜日 13時～14時15分			
新琴似図書館 (新琴似7-4) ☎764-1901 新琴似図書館 <input type="text" value="検索"/> click!				
〔休館〕第2・4水曜日				
つくしんぼ「おたのしみ会」	11/14(土) 14時～15時	無料	直接会場 〔対象〕幼児～小学校低学年	
子ども映画会	11/21(土) 14時～15時		直接会場 〔対象〕幼児～小学校低学年 〔上映〕「ゲーフィー」	
絵本読み聞かせ「つくしんぼ」	12/2(水) 15時～15時30分		直接会場 〔対象〕幼児～小学校低学年	

広告

まちかど アルバム



9/26 らく・楽ウォーキング大会
～新琴似地区



9/29 北九条小学校「子ども安全マップ」作成
～同校周辺



10/15 屯田地区防犯サミット
～屯田地区センター



10/17 百合が原紅葉祭り
～百合が原公園



9/27 北区少年少女スポーツ大会
～北区体育館



9/29 北区食改善展
～北区民センター



10/6 せんきょ体験授業
～北辰中学校



9/27 みんなで歩こう会
～拓北・あいの里地区