



区民のページ

2016

9

南区の人口・世帯数

人口／140,603 (-432) 人
世帯数／ 61,508 (-331) 世帯
() 内は前月比
※平成28年(2016年)8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2-1
☎582-4714
南区のホームページ
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>

私のおでかけ便り



☆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。



秋の風に揺れるコスモス

撮影日 平成26年9月29日

撮影場所 滝野すずらん丘陵公園

かわいらしいコスモスの花たちが、風に吹かれてゆらゆらと揺れているのを見て、秋の訪れを実感しました。

南区の写真やイラストを大募集！

このページでは、区民の皆さんから募集した写真やイラストをご紹介します。募集要項は、南区役所総務企画課広聴係や区内のまちづくりセンターなどで配布しているほか、南区のホームページに掲載しています。採用された方には、作品を印刷したはがきを贈呈します。

詳細・応募先

南区役所総務企画課広聴係
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目2-1
mi.somu@city.sapporo.jp



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	☎582-4734	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
- ・ちあふる・みなみ(真駒内幸町2) ☎215-0183
子育て相談専用 ☎215-0203
- ・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6-2) ☎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



ボランティアさんのこえ!



私の娘2人は、産休明けから保育園育ち。退職後は、子育てを頑張っているお母さんたちのお手伝いをしたいと思い、ボランティアを始めました。いつも孫と遊ぶ気持ちで接しています。

あだち りつこ
安達 律子さん

子どもが大好きな私は、「何かできることはないかしら」と思い、その気持ちだけでボランティアに飛び込みました。子どもたちの笑顔に会いに、気軽に一歩踏み出してみませんか?

やまぐち れいこ
山口 玲子さん

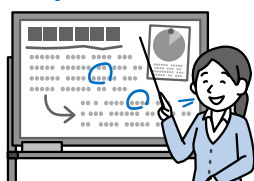


2 子育てボランティアを募集しています!

ボランティア活動を始めまでの流れをご紹介します。

ステップ

Step 1



講習会の受講

ちあふる・みなみが主催する「子育てボランティア講習会」に参加し、必要な知識や心構えを身に付けます。

Step 2



ボランティア登録

「子育てボランティア登録申込書」をちあふる・みなみへ提出。講習会に出られなかった方も、ちあふる・みなみで別途説明などを受けた後、随時登録することができます。

Step 3



活動の調整

「ボランティア通信」や研修会・交流会で活動の場をご案内。内容や場所、日時などの希望に合わせて活動を選ぶことができます。

子どもが好きな方! 子育て家庭を応援したい方! ぜひどうぞ!

「子育てボランティア講習会」を開催します!

- 内 容** 子育て支援の必要性や親子との関わり方に関する説明、遊びの紹介など。
※別日程にて子育てサロンの見学も行います。
- 日 時** 10月19日(水)、21日(金)。
10:00~12:00。
※2日間で1コース。
- 会 場** 南保健センター 1階講堂。
- 定 員** 15人。
- 費 用** 無料。
- 申込方法** 9月13日(火)9:00から電話でちあふる・みなみへ(先着順)。

／ 昨年は、音楽に合わせて人形劇「バナナの親子」を演じました! ／



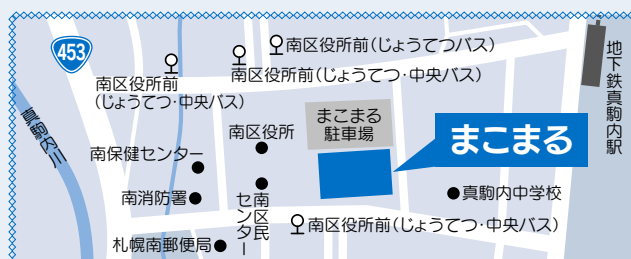
▲昨年の講習会の様子

ご案内 ちあふる・みなみ

内 容 常設子育てサロンを開催するほか、子育てに関する相談も受け付けています。

所在地 真駒内幸町2丁目2-2「まこまる」1階

詳しくは **ちあふる・みなみ**



子育て応援はじめませんか？

子育て ボランティア

子どもの健やかな成長には、家庭だけでなく、地域の力も必要です。
今月は、子育てを応援している「子育てボランティア」をご紹介します！

【問い合わせ先】 ちあふる・みなみ（南区保育・子育て支援センター） ☎215-0183

1 子育てボランティアの活動を紹介します！

子育てボランティアは、地域の子育て家庭を見守り、さまざまな形で応援していくボランティアです。

子育てサロン でサポート

乳幼児と親が自由に集う子育て
サロンで、子どもたちと遊んだり、
保護者と交流します。



制作活動

子育てサロンや親子向けのイベ
ントで使用する、遊具や出し物
などを制作します。



イベント 応援

親子向けのイベントのお手伝い
や保護者が子育て講座を受講し
ている間に託児活動を行います。



この他にも、さまざまな活動があります。
ボランティア活動は、年齢、経験、資格
は問いません。子育て家庭への理解と支
援への熱意がある方ならどなたでも参加
することができます！





※特に記載のない場合、費用は無料です。

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。

南区学生まちナカアート展

内容 札幌市立大学デザイン学部が制作した、立体感のあるイラスト「3次元コンピュータグラフィックスアート」を展示。

日時 9月9日(金)～15日(木)

9時～21時。※9日は14時から、15日は15時まで。

会場 南区民センター。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎(582)4723

国民健康保険料の夜間・休日納付相談

夜間相談 9月15日(木)、29日(木) 19時30分まで。

休日相談 9月25日(月) 9時～15時。

会場 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

南保健センター

☎(581)5211

胃がん・大腸がん検診

検診日 9月23日(金)。

受付時間 8時45分～10時。

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 事前に電話またはFAX(582)4564で南保健センターへ。

紅葉ウォーキング大会

内容 定山溪の紅葉を楽しみながらのウォーキング。約6.5キロまたは約3.5キロの2コース。

日時 10月12日(水)10時～12時30分(9時30分受付開始)。

集合場所 定山源泉公園(定山溪温泉東3丁目)。

対象 運動に制限のない健康な方。

定員 50人。

申込方法 9月20日(火)から電話で南保健センターへ(先着順)。



きのこによる食中毒を防ぐために

①知らないきのこは「採らない」「食べない」「人にあげない」。②誤った言い伝えを信じない。③種類ごとに区別して持ち帰る。④十分に加熱

福祉除雪地域協力員の募集

冬期間、高齢者や障がいのある方などの除雪を支援する「福祉除雪地域協力員」を募集します。※福祉除雪のご利用については、本誌全市版26ページをご覧ください。

申込方法 原則10月4日(火)までに電話または直接左記へ。

申込・詳細 南区社会福祉協議会 ☎(582)2415、保健福祉課活動推進担当 ☎(582)4734

ちあふる・みなみ

☎(215)0183

親子でリズムムチャお!

内容 親子で楽しく体を動かして、リフレッシュ。

日時 9月28日(水)10時～11時30分。

会場 南区民センター。

対象 1歳～就学前のお子さんとその保護者。



して食べる、食べ過ぎない。
詳細 健康・子ども課生活衛生担当 ☎(581)5213

南区民センター

☎(584)2100

「私のベストショット」作品募集

対象 区内にお住まい、またはお勤めか、区内でサークル等の活動をしている15歳以上の方(中学・高校生は除く)。

募集作品 ①応募者本人が平成27年1月1日以降に撮影しプリントした「南区の風景」「自然風景」「動植物」「人物」「スナップ」。

②肖像権や著作権を侵害していないもの。③2L以上。2L以外は半切以内の額に入れたもの。※①～③を全て満たすものに限り募集。

募集作品数 50点(1人2点まで)。

申込方法 10月1日(土)～31日(月)9時～17時に電話または直接南区民センターへ(先着順)。

作品搬入 10月24日(月)～11月7日(月)9時～17時。

展示期間 11月15日(火)13時～21日(月)15時。



申込方法 9月12日(月)9時から電話でちあふる・みなみへ(先着順)。

■南区体育館 休館のお知らせ

施設の老朽化に伴う保全改修工事のため、下記の期間休館します。また、休館に先立ち、外壁などの工事を実施しています。歩行者スロープや車路の一部が使用できません。ご理解とご協力をお願いします。

休館期間 10/1(土)～平成29年1/31(火)

詳細 南区体育館 ☎571-5171

■保養センター駒岡を拠点としたフットパスに関する説明会

内 容 保養センター駒岡フットパスコースの概要や設置場所などに関する説明。

日 時 9/16(金)10:00～11:00。

会 場 保養センター駒岡（真駒内600番地20）。

対 象 区内にお住まいの方。

申込方法 9/15(木)までに電話、紙または直接下記へ。

申込・詳細 保養センター駒岡 ☎583-8553 FAX583-8574

■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 9/24(土)10:30、10/1(土)14:30、8(土)13:50
- ・子ども映画会 10/8(土)14:30
- ・講演会「終活の今」 10/2(日)14:00

▼南区民センター図書室（☎584-2533）

- ・楽しいおはなしの会 9/15(木)10:30

▼藤野地区センター図書室（☎592-2002）

- ・おはなしの会 9/24(土)11:00、10/1(土)11:00
- ・子ども映画会 10/8(土)11:00



■住民集団健康診査

詳細 南保健センター ☎581-5211

「受診券」と「被保険者証」を持って当日直接会場へ（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
9/30(金)	9:30～10:00	豊滝中央町内会館（豊滝1丁目1-20）
	11:00～11:45	定山溪集会所（定山溪温泉東4丁目315-4）
	14:00～14:30	石山六区会館（石山621）
10/2(日)	13:30～15:00	南区民センター（真駒内幸町2丁目2-1）
10/3(月)	9:30～11:00	あけぼの団地管理事務所（真駒内曙町1丁目1-35）
	13:30～15:00	藻岩北会館（川沿2条2丁目5-50）
10/4(火)	13:30～14:30	簾舞二区集会所（簾舞347番地）
10/5(水)	13:30～15:00	緑ヶ丘会館（澄川5条11丁目5-5）
10/6(木)	9:30～11:00	芸術の森地区会館（石山東7丁目1-31）
	13:30～15:00	石山七区町内会館（石山3条6丁目2）
10/7(金)	9:30～11:00	野々沢会館（藤野5条9丁目3-1）
	13:30～15:00	藻南福祉会館（川沿11条2丁目3-1）

■合同健診

申込・詳細 南保健センター ☎581-5211
FAX582-4564

上記の住民集団健康診査に加え、胃がん・大腸がん検診の受診もできる合同健診を下記の日程で実施します。胃がん・大腸がん検診を受診希望の方は、事前に申し込みが必要です。対象・費用・申込方法は右ページ「胃がん・大腸がん検診」と同様です。

※住民集団健康診査のみの受診の場合は申し込み不要。当日、直接会場へ。

日程	受付時間	実施会場
10/2(日)	9:30～11:00	南区民センター（真駒内幸町2丁目2-1）
10/4(火)	9:00～11:00	藻岩下地区会館（南34条西9丁目2-1）
10/5(水)	9:00～11:00	澄川地区会館（澄川3条2丁目6-1）



※特に記載のない場合、費用は無料です。

健康的な食生活を推進するため、栄養バランスに配慮したヘルシーメニューを南区役所食堂で提供しています。
提供日は、9月14日(水)、29日(木)。35食限定、1食490円。

■札幌市就業サポートセンター 就職支援セミナー

内 容 ①就職活動スタートセミナー。
②面接対策セミナー。
日 時 10/7(金)
①10:00～12:00。②13:00～15:00。
会 場 南区民センター。
対 象 区内にお住まいで仕事を探している方。
定 員 24人。
申込方法 9/12(月)から電話で下記へ(先着順)。

申込先 札幌市就業サポートセンター ☎708-8321
詳 細 上記または経済観光局雇用推進課 ☎211-2278

■児童会館 「あそびの宝箱」

おばけ迷路や縁日、バルーンアートなど、楽しい「あそび」が大集合!

日 時 9/25(日)11:00～15:00。
会 場 北海道青少年会館コンパス
(真駒内柏丘7丁目8-1)。
対 象 幼児以上(幼児は保護者同伴)。
申込方法 当日直接会場へ。



詳細 南の沢児童会館 ☎571-2909

みんなでみに区る 健康まつり2016

～のぼそう健康寿命、ひろげよう健康づくりの輪～

詳細 南保健センター ☎581-5211

日時 9/29(木)10:00～14:30

◎印(健康測定A・B)は、事前に申し込みが必要。はがきに、希望のコース(A・Bのいずれか)・住所・氏名・電話番号を明記して、南保健センター「健康まつり」係(〒005-0014 真駒内幸町1丁目3-2)へ(9/16(金)必着)。応募多数の場合は抽選。当選者のみ、当日の時間帯を指定した予約票を送付します。

第1会場 南区民センター

◎健康測定Aコース
(血管年齢・体内酸化度・血圧測定)
10:00～12:30 (定員80人)
歯科ドック 11:00～13:00 (先着60人)
※当日の10:30から、整理券を配布。
お薬相談 10:00～12:30
がん予防コーナー 10:00～12:30
はり・温灸・あんま・指圧・マッサージ体験
10:00～11:30
きのこ展・相談コーナー 10:00～14:30
みんなで食育 10:00～13:00
・男性料理サークル試食(11:00から先着100人)
南区食生活改善展 10:00～13:00
・試食(11:00から先着150人)
暮らしのまわりの虫たち展 10:00～12:00

おもちゃライブラリー・おもちゃクリニック
10:00～12:00

こころの健康コーナー 10:00～12:30

もの忘れ・生活機能チェック
10:00～12:30

健康寿命延伸パネル展 10:00～12:30

健康づくりグループ活動紹介コーナー
10:00～13:00

第2会場 まこまる(真駒内幸町2丁目2-2)

◎健康測定Bコース(骨密度・体組成・肺年齢測定)
10:00～12:30 (定員60人)

健康講話 13:00～14:30 (12:30開場)

演題 「健康長寿の時代を生きる」

講師 五輪橋産科婦人科小児科病院 医師 丸山淳士

学生企画

①ふまねっと運動教室 11:00～12:00

②いつまでもおいしく食べる～健口体操と介護食を知ろう
12:00～14:30

■区内各施設の講座など 申し込み・詳細については、電話または直接各センターへ。特に記載の無い場合、受け付けは先着順、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・行事名	対象	定員	回数	日時	費用	申込期間
①南区民センター祭	—	—	—	【美術・書道展】 10/5(水)～9(日) 9:00～21:00 (ロビー)、9:00～17:00(第1・2・5会議室)※初日は13:00から、最終日は15:00まで。 【サークル(音楽・舞踊)ステージ発表会】 10/8(土) 10:00～13:30 【ダンスパーティー※】 10/9(日) 13:30～15:30	無料 ※ダンスパーティーは別途300円。	当日直接会場へ
②南区民センター図書室事業 第3回古本交換会	—	—	1	10/16(日) 10:00～15:00	無料	10/15(土)まで 備考欄参照
③Windows10インターネット活用講座～Edgeを使って検索三昧！旅行だってラクラク！～	文字入力やマウス操作がスムーズにできる15歳以上の方	20人	8	10/19(水)、20(木)、21(金)、26(水)、27(木)、28(金)、11/2(水)、4(金) 10:00～12:00	受講料4,500円 教材費2,100円 (レンタル料含む)	9/12(月)～19(祝)
④足もみ&青竹踏みで体質改善～脳イキイキ、身体もスッキリ！～	15歳以上の方	20人	8	10/20(木)、27(木)、11/10(木)、17(木)、24(木)、12/8(木)、15(木)、22(木) 10:30～12:00	受講料3,800円 教材費108円	9/12(月)～19(祝)
申し込みは9:00～17:00。①美術・書道展は、美術・書道・手工芸サークルおよび区内にお住まいの方の作品展。ダンスパーティーは、社交ダンスサークルの交流会。一般の方の参加も可。②詳細・受け付けは、南区民センター図書室(584-2533)。受付時に配布する交換券を当日持参。交換対象は、小説、エッセー、随筆、紀行、手記、絵本など(文学全集、百科事典、美術書、辞書、児童書、汚れがある本や表紙カバーのない本などは交換不可)。						

藤野地区センター (☎592-2002)

講座・行事名	対象	定員	回数	日時	費用	申込期間
①プロから学ぶ おいしい珈琲の淹れ方	15歳以上の方	10人	1	10/5(水) 10:00～12:00	800円	9/14(水)～28(水)
②文化祭	—	—	—	【ステージ発表】 10/9(日) 12:00～16:30 【作品展示】 10/15(土) 10:00～17:00 10/16(日) 10:00～15:00 【お茶席】 10/15(土) 10:30～14:30 【ミニステージ】 10/16(日) 14:00～14:30	無料	当日直接会場へ
備考 ①エプロン、三角巾、食器用ふきん、水筒(珈琲の持ち帰り用)、筆記用具を持参。②ステージ発表では、チェロ奏者の土田英順氏が特別出演。						

すみかわ地区センター (☎818-3035)

講座・行事名	対象	定員	回数	日時	費用	申込期間
①オータムコンサート 北海道大学連合吹奏楽団による演奏	—	—	1	9/22(祝) 13:30～15:00(13:00開場)	無料	当日直接会場へ
②パソコン 生活に役に立つ エクセル講座(入門編)	文字入力ができる15歳以上の方	12人	6	10/18(火)、19(水)、22(土)、25(火)、26(水)、29(土) 10:00～12:00	4,800円	9/20(火)～10/7(金)
備考 ②マイクロソフトオフィス(エクセル)2010または2013搭載のノートパソコンを持参。						



7/17 南沢ラベンダーまつり



ふれあい 写真館

7/23 森と湖とダムに親しむまつり in 定山溪ダム



7/23 まこまない夏フェスタ[♪]& 災害時に備えて



7/30 石山夏まつり



7/30 Waku Wakuお祭り広場-2016-(澄川)



8/6 藤野ふるさとまつり



8/7 藻岩下夏まつり



8/7 もいわ夏まつり



広告