



南区の人口・世帯数

人口／140,352 (-240) 人
世帯数／ 61,413 (-128) 世帯
() 内は前月比
※平成28年(2016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公開しています。



葉っぱのじゅうたん

撮影時期 平成25年10月28日

撮影場所 真駒内曙公園

サクサクと音を立てながら、葉っぱのじゅうたんの上を歩いて散歩するのが、この時期の私の日課です。

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

災害に強いまちを目指して

平成28年度
札幌市総合防災訓練

札幌市では、9月1日の「防災の日」に合わせ、「札幌市総合防災訓練」を毎年実施しています。今年は、陸上自衛隊真駒内駐屯地で、地域住民や各防災関係機関・団体、企業など約1,300人が参加し、災害時の対応や関係機関との連携を確認しました。

今月は訓練の様子や災害への備えについて紹介します。この機会に災害について考えてみませんか。

【この特集のお問い合わせ先】 総務企画課地域安全担当 ☎582-4706

土砂災害 訓練

大雨による土砂災害に巻き込まれた要救助者の救出・ヘリコプターでの搬送のほか、土砂の流出を防ぐための土のう積みなどを実施。



▲ヘリコプターでの搬送



▲土のう積み



▲要救助者の救出

危険を感じたら

テレビやラジオ、緊急速報メールなどで流れる避難情報をもとに、そのまま待機するか避難所に向かうかを判断しましょう。

一昨年の9月11日の大雨では、南区を含む6つの区で、約78万人に避難勧告が発令されました。

■避難情報の危険度は3段階

避難準備情報

災害を予測して、避難の準備を呼び掛けるもの。

高齢の方や障がいのある方などは避難を始めてください

避難勧告

災害が発生する可能性が極めて高い状況で発令するもの。

避難指示

死者やけが人が出る可能性が極めて高いか、すでに発生した状況で発令するもの。

一刻も早く避難してください

避難所 訓練

区役所職員や地域住民らが、収容避難所の開設・運用や、水・災害救援物資の搬入を体験。



▲給水車からの給水

避難する前に



- 避難所と避難経路を確認しましょう。また、家族の安否を確認する方法を話し合いましょう。
- いざというときにすぐ避難できるように、必要なものを袋に入れて用意しておきましょう。

非常持ち出し品チェックリスト

- ☐ 食料（缶詰など）・水
- ☐ 携帯ラジオ・電池・懐中電灯
- ☐ ロープ・探り棒 ☐ 常備薬
- ☐ 衣類・防寒着・下着
- ☐ かっぱ・雨具 ☐ 貴重品・現金
- ☐ ハザードマップ・避難地図



高層建築物 訓練

高さ約15メートルの建物において、要救助者の救出や消火活動を実施。



▲(左)一斉放水 (右)要救助者の救出

市民による 防災対応 訓練

真駒内曙中学校の生徒や地域住民が、応急手当などの防災対応を体験。



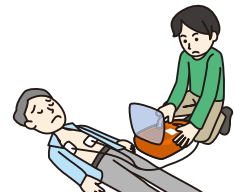
▲(左)簡易担架作成訓練 (右)消火訓練

マンションなどで ぐらっと感じたら



- 高層階は、より大きく揺れることがあります。丈夫な机の下などで揺れが収まるのを待ちましょう。
- 大きな揺れが来るまでに、ドアや窓を開けて避難経路を確保しましょう。
- 家具などの転倒や移動に気を付けましょう。
- 窓際や台所、蛍光灯の下などから離れましょう。破片に注意し、室内でもスリッパや靴などをはきましょう。

応急手当を 学びたい方は



応急手当の知識や方法を習得できる講習会を実施しています。申し込みは下記まで。

(公財) 札幌市防災協会 ☎861-1211
日本赤十字社北海道支部 ☎231-7126

地域の防災力を 高めるために

災害時には、自分の身を自分で守ること（**自助**）が基本です。その上で地域が連携し協力し合うこと（**共助**）や行政による救助や支援（**公助**）が重要となります。住民一人一人が、地域が、そして行政が、それぞれ防災力を身に付けて、災害に対する意識を高く持ち続けることが大切です。

南区の取り組み

南区では、地域が主体となった防災マップ作成への支援や、地域と連携した訓練の実施、地域防災研修や簡易型災害図上訓練（DIG）などの充実を図り、自主防災組織への支援を行っています。



▲地域と連携した訓練



▲簡易型災害図上訓練

区役所で防災に関するパンフレットを配布中！避難所の確認などに、ぜひご活用ください。



▲各種パンフレット



※費用に関する記載がない場合は、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。

「札幌シーニックバイウェイ藻岩山麓・定山溪ルート 2017年カレンダー」を配布

11/22(火)から（無くなり次第終了）。

南区の魅力アップに取り組む「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美しい写真とともに観光情報も確認できる、見どころ満載のカレンダーです。



※画像はイメージです。

配布場所

南区役所 1 階情報提供コーナー 2,000部。
区内のまちづくりセンター（定山溪出張所を含む）各300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

陸上自衛隊高等工科学校生徒 および自衛官候補生募集説明会

11/12(土)10時～12時、13時～15時。

南区民センター。

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）や自衛官候補生に関する説明会を開催します。

対象 ①陸上自衛隊高等工科学校
来々4/1現在、15歳以上17歳未満の男子およびその家族。
②自衛官候補生
来々4/1現在、18歳以上27歳未満の方。

申込方法 当日直接会場へ。

問い合わせ先

自衛隊札幌地方協力本部南部地区隊

☎581-0736（内線2370）※平日 8時～17時。

担当 地域振興課まちづくり推進係 ☎582-4723

両親教室

11/25(金)18時30分～20時30分（18時受付開始）。
南保健センター。

沐浴人形を使った育児実習や妊婦疑似体験、ビデオ鑑賞を行います。

対象 来々2月から4月までの間に初めての出産を迎える予定のご夫婦。

定員 36組。

申込方法 11/14(月)から電話で下記へ（先着順）。



申込・詳細 南保健センター ☎581-5211

野菜たっぷりヘルシーメニューを提供

11/24(木)、12/7(水)。11時～14時30分。/南区役所食堂。

南区役所食堂では、南保健センター管理栄養士が献立を作成した「ヘルシーメニュー」を提供しています。

ヘルシーメニューは、主食（ごはん、パン、めんなど）・主菜（肉、魚、卵、大豆製品など）・副菜（野菜、きのこ、海藻など）がそろったバランスのよい、健康に配慮したメニューです。

費用 490円（35食限定）。



【11/24(木)のヘルシーメニュー】

- ・ごはん
- ・鯖のはちみつみそ焼き
- ・彩りナムル
- ・かぼちゃのいところ煮風
- ・豆腐と卵のスープ

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。

詳細 南保健センター ☎581-5211

広告



住民集団健康診査

種類	内容	対象	費用
特 定 健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査、貧血検査※、心電図検査※、眼底検査※ ※の検査は、医師が必要と認める場合に実施します。	札幌市国民健康保険に加入されている方で、本年度40歳になる方から75歳未満の方	受診券に記載の金額 ※生活保護世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯は無料。ただし、生活保護世帯の方は受診券、その他の方は証明書が必要。
後期高齢者 健康診査	問診、身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、尿検査	札幌市民で後期高齢者医療制度に加入されている方	
※受診するには、「受診券」と「被保険者証」が必要です。 （札幌市国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険へお問い合わせください） ※希望される方は特定健診の検査項目に加え、心電図などの検査を付加健診として受診できます（追加料金500円が別途必要）。			
肺がん検診	胸部X線検査	札幌市民で職場などで受診する機会のない40歳以上の方	無料 ※喀痰検査は400円。
肝 炎 ウイルス検査	B型・C型ウイルス検査	札幌市民で過去に検査を受けていない方（年齢制限無し）	無料
※医療機関では肺がん検診を実施していませんが、住民集団健康診査で肺がん検診のみの受診も可能です。			

「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
11/25(金)	10時～11時	真駒内集会所（真駒内本町2丁目1-7）
	13時30分～14時30分	常盤一区会館（常盤6条2丁目107）
11/28(月)	9時30分～11時30分	南区民センター（真駒内幸町2丁目2-1）
	13時30分～15時	

詳細 南保健センター ☎581-5211

胃がん・大腸がん検診

11/25(金)、12/9(金)。8時45分～10時（受付時間）。/南保健センター。

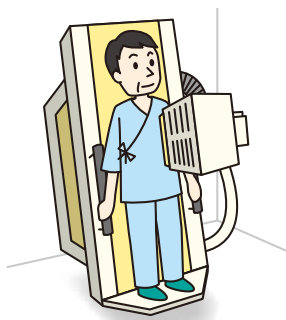
対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

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 事前に電話またはFAXで下記へ。

申込・詳細 南保健センター ☎581-5211 FAX582-4564



国民健康保険料の夜間・休日納付相談

夜間相談 11/17(木)、24(木)。19時30分まで。

休日相談 11/26(土)、27(日)。9時～15時。

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



※費用に関する記載がない場合は、無料です。

子育て講座「トイレトレーニング」

12/8(木)①10時～10時30分②10時45分～11時15分。
ちあふる・みなみ。

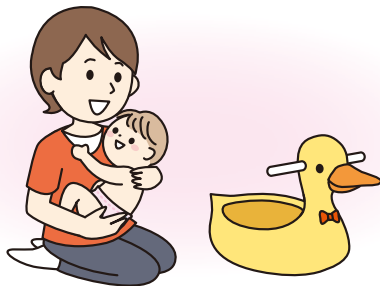
トイレトレーニングを始めるタイミングや進め方について、保育士が説明します。

対象 1歳半～就学前のお子さんとその保護者。

定員 各回10組(親子同室)。

申込方法 11/24(木)9時から電話で下記へ(先着順)。

※4月に実施した講座と同じ内容です。受講済みの方はご遠慮ください。



申込・詳細 ちあふる・みなみ ☎215-0183

65歳からのいきいき就職活動セミナー

12/2(金)9時30分～12時。/南区民センター。

シルバー世代の働き方や就職活動の進め方についてのセミナーです。

対象 区内にお住まいで、仕事を探している65歳以上の方。

定員 24人。

申込方法 11/11(金)から電話で下記へ(先着順)。



申込 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

市税滞納整理強化週間

11/28(月)～12/2(金)。20時まで。

12/3(土)、4(日)。9時～16時。

南部市税事務所2階2番窓口

(豊平区平岸5条8丁目2-10 イースト平岸)。

夜間・休日に行う電話や訪問による納税催告を強化します。

また、期間中は南部市税事務所に納税相談窓口を開設します。



詳細 南部市税事務所納税課 ☎824-3913

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

11/12(土)13時50分、19(土)13時50分、26(土)10時30分、
12/3(土)14時30分、10(土)13時50分。

・わらべうた・おはなしの会

12/9(金)10時30分。

・子ども映画会

11/12(土)14時30分、12/10(土)14時30分。

▼南区民センター図書室 (☎584-2533)

・楽しいおはなしの会 11/17(木)10時30分。

▼藤野地区センター図書室 (☎592-2002)

・おはなしの会 11/26(土)11時。

・子ども映画会 11/12(土)11時、12/10(土)11時。

・クリスマス会 12/4(日)11時。



各施設の講座など

申し込み・詳細については、電話または直接各施設へ。特に記載がない場合、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	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
①南区民センター写真展 ～私のベストショット～	-	11/15(火)～21(月) 9時～21時 ※15日は13時から、 21日は15時まで。	-	-	無料	直接会場へ
②年末恒例 手打ちそば	1	11/26(土) 10時～12時30分	15歳以上の方	20人	受講料1,200円 材料費1,000円	11/11(金)～17(木)
③南区民センター図書室事業 おたのしみ工作会 ～カード、ブックカバーづくりを楽しもう!～	1	12/4(日) 14時～15時30分	幼児以上（小学 3年生以下は保 護者同伴）	12人	無料	11/19(土)～12/3(土)
備考 申し込みは9時～17時。①区民が撮影した風景・動植物・人物などの写真を展示。②エプロン、三角巾、食器用ふきん、手拭き用タオル、持ち帰り用容器、筆記用具を持参。③図書室で受け付け。電話（584-2533）での申し込みも可。託児なし。						

すみかわ地区センター（☎818-3035）

講座・行事名	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
ウィンドウズ Windows10インターネット活用講座	6	11/29(火)、30(水)、 12/3(土)、6(火)、7(水)、 10(土) 10時～12時	文字入力とマウ ス操作がスムー ズにできる15歳 以上の方	18人	5,900円	11/11(金)～21(月)
備考 レンタルのパソコンを使用。インターネットのウェブブラウザはEdgeを使用。						

札幌市立大学まちの学校

（真駒内幸町2丁目2-2 まこまる内 ☎596-6675 FAX596-6676 Eメール coc-office@jimu.scu.ac.jp）

講座・行事名	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
①学生企画 ふまねっと運動教室	1	11/12(土) 13時～14時	50歳以上の健康 な方	10人	無料	当日直接会場へ
②まちの先生講座 生活の場のデザイン	1	11/12(土) 13時50分～15時	まちづくりに興 味のある方	30人	無料	当日直接会場へ
③初心者のための中国語入門講座 日本語から学ぶ中国語	1	12/17(土) 13時～14時30分	中国語を学びた いと思っている 方	20人	無料	11/11(金)～12/16(金)
備考 ①動きやすい服装、靴で参加。③申し込みは電話（218-7500）またはFAX（218-7507）、Eメール（koza@acu-h.jp）で札幌市立大学サテライトキャンパスへ。詳細はまちの学校へ。						

ふれあい写真館

区民のページは裏表紙側からご覧ください。

9/15



100歳のお祝い品贈呈

本年度中に100歳を迎える戸井田キミエさんに、高野馨南区長が、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。

9/28



親子でリズムッちゃお

南区民センターで「親子でリズムッちゃお」が行われ、親子が楽しみながら一緒に体を動かしてリフレッシュしました。

9/29



「アート自販機事業」除幕式

もいわ山ロープウェイ中腹駅で「アート自販機事業」除幕式が行われ、札幌市立大学の学生がデザインを施した自動販売機がお披露目されました。

9/25



第27回簾舞通行屋まつり

旧黒岩家住宅（旧簾舞通行屋）と簾舞通行屋緑地で「第27回簾舞通行屋まつり」が開催され、親子連れなど多くの来場者でにぎわいました。

9/29



みんなでみに区る健康まつり2016

南区民センターとまこまるで「みんなでみに区る健康まつり2016」が開催され、来場者は健康に関するアドバイスに熱心に耳を傾けていました。

10/2



さくらの森秋祭り

小金湯さくらの森で「さくらの森秋祭り」が開催され、同公園を題材にした紙芝居の読み聞かせやライブステージなどが行われました。

