



あつべつ暮らしの風景



区内の出来事、写真で紹介!



1月9日 ホテルエミシア札幌

未来への希望を胸に ～厚別区新成人のつどい～

あでやかな振り袖やスーツに身を包んだ新成人937人が式典に参加しました。式典では、新成人代表が「社会人としての自覚を持って何事にも前向きに取り組み、社会からの信頼に応えられる人物になりたいです」と将来に向けて決意を述べました。

みんなで楽しく雪遊び! ～わいわい冬フェスタ in もみじ台～

雪遊びを通じて世代間の交流を深めようと、地域住民や学生ボランティアなどが開催。親子連れや友達同士など約400人が参加しました。ビニールシートに乗って斜面を滑り降りる「雪山すべり」では、子どもたちは雪まみれになりながらも、大はしゃぎしていました。



1月12日 熊の沢公園

身近な場所で音楽に触れる ～あつべつふれあいコンサート～

厚別区民に身近な場所で気軽に芸術文化に触れてもらおうと、厚別区と厚別区民センター運営委員会が共同で開催。区内の中学生・高校生による吹奏楽や、プロの演奏家による映画音楽など、さまざまな楽曲が披露され、観客を魅了しました。



1月14日 厚別区民センター

あつべつカレンダー 2/11～3/10

※本誌に掲載している情報から抜粋
P○厚別○す ○子ども向け行事
詳細はお知らせ(厚別4号)をご覧ください。

2017 2

- 11 祝 ○ あつべつ西紙袋ランタンフェスティバル P5
- 12 日 ○ 市民健康教育「薬、サプリメント(健康食品)との上手な付き合い方」 P5
- 13 日 ○ 厚別老人福祉センター平成29年度教養講座申込開始(～24日) P6
- 13 日 ○ スプリング・ゴスペルコンサートチケット販売開始 P7
- 13 日 ○ スノーモービル乗車体験申込開始 P7
- 13 日 ○ 両親学級申込開始 P8
- 14 火 ○ 厚別区ガーデニング入門講座申込開始(～24日) P4
- 14 火 ○ オカリナ体験講習申込開始 P6
- 15 水 ○
- 16 木 ○
- 17 金 ○
- 18 土 ○ たのしいお話し会 P4 ○ 2がつのおはなし会 P6 ○
- 19 日 ○ 冬季アジア札幌大会(～26日) P6
- 20 月 ○
- 21 火 ○
- 22 水 ○
- 23 木 ○ 国民健康保険料夜間納付相談 P4
- 24 金 ○
- 25 土 ○ たのしいお話し会 P4 ○
- 26 日 ○
- 27 月 ○
- 28 火 ○ がん検診申込締切(3/14実施分) P4
- 28 火 ○ 「こころのサイン」見逃さないで! P5

2017 3

- 1 水 ○ 厚別歴史写真パネル展(～3日) P4
- 2 木 ○
- 3 金 ○
- 4 土 ○ たのしいお話し会 P4 ○
- 5 日 ○
- 6 月 ○ 「ぐるんぱ」おはなし会 P7 ○
- 7 火 ○
- 8 水 ○ 市民健康教育「健康のはじまりは お口から」 P5
- 9 木 ○ 国民健康保険料夜間納付相談 P4
- 10 金 ○

厚別区の人口・世帯数

1月1日現在()は前月比
人 □ 126,765人 (-32)
男 57,832人 (-11)
女 68,933人 (-21)
世帯数 55,880世帯 (+2)



問題 1 ここはどこ？

右の写真は、かつて厚別区にあったある農場の風景です。

現在、この農場だった場所の一部は、広い芝生の斜面と大きな滑り台がある公園に変わり、冬にはソリ滑りやスキーも楽しまれています。

この公園は次の①～③のどれでしょうか？

①熊の沢公園

②もみじ台しまりす公園

③馬場公園

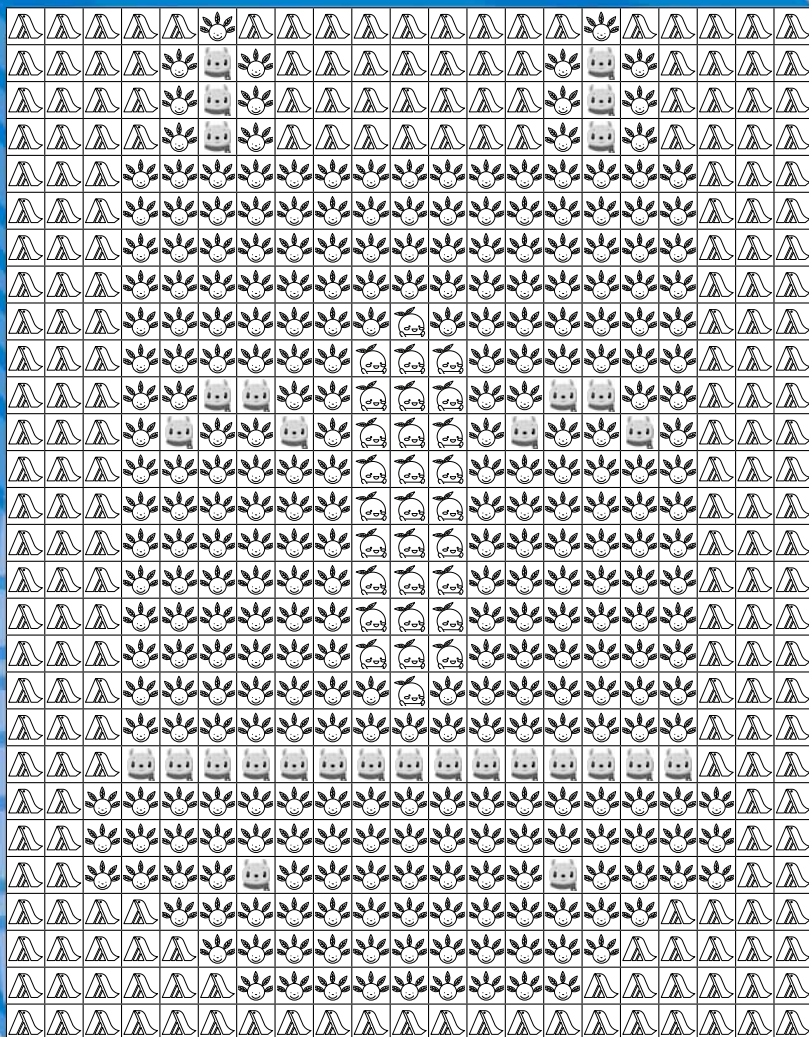


(昭和35年撮影)

答え. _____

ヒント！

下の塗り絵に現れる動物の名前が入っている公園が答えだよ！



塗り絵のルール

マス目に描かれているマークに従って色を塗ると絵が現れます。



厚別イベントキャラクター「ピカットくん」のマス目には「オレンジ」を塗るのがオススメ



ピカットくんと仲良しの「コピカ」のマス目には「白」を塗るのがオススメ



厚別区のシンボルマークのマス目には「青」を塗るのがオススメ



2017冬季アジア札幌大会公式マスコット「エゾモン」のマス目には「黒」を塗るのがオススメ

※各マス目の色は参考です。

2017冬季アジア札幌大会には31の国と地域の選手が参加するよ！みんなも選手たちを応援しよう！



問題2 『?』に入るのは?

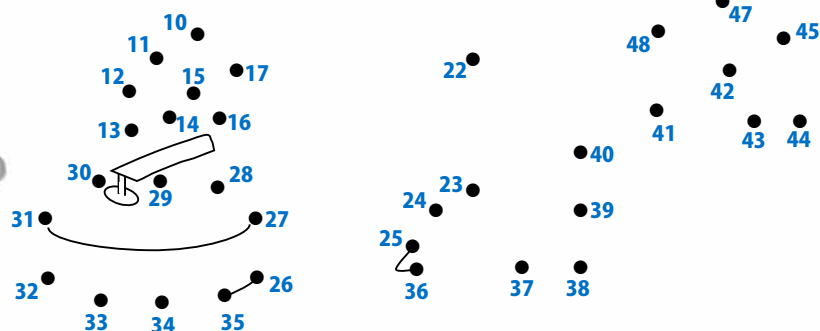
右の1～65の点を番号順につなぐと、厚別区で競技者が増えてきている「フロア『?』」というスポーツをしている人の絵が現れます。『?』に入るスポーツ名は次の①～③のどれでしょうか?

- ①スケート
- ②カーリング
- ③ホッケー

ヒント!

平らな床で行うこのスポーツは、「氷上のチェス」といわれているあのスポーツによく似ているよ!

答え. _____



クイズを解いて、
厚別区の事を
もっと知ろう!

厚別区クイズ

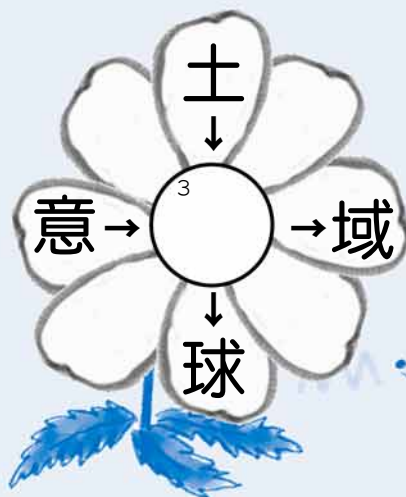
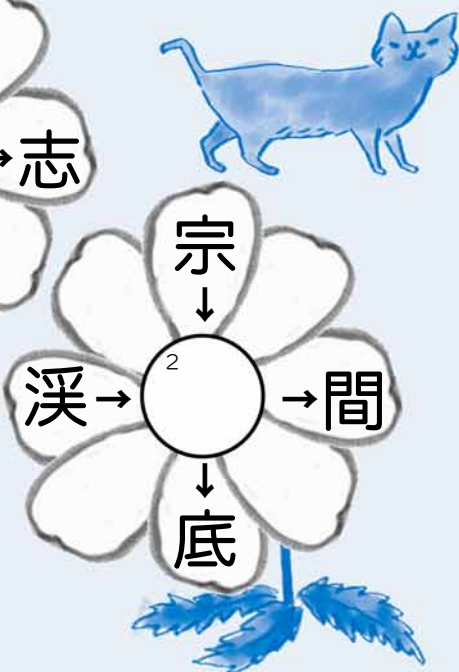
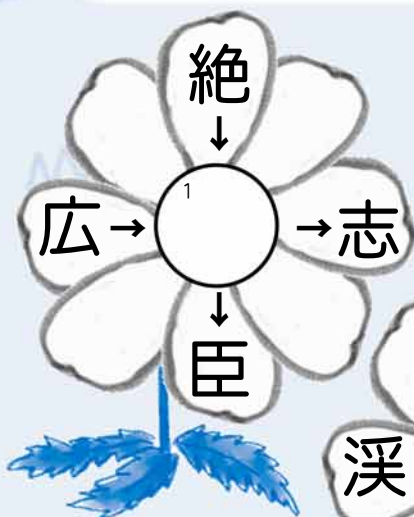
問題3 現れる地名は?

上下左右の漢字と2文字の言葉になる漢字1文字を○に入れ、○内に書いてある数字の順番に読むと現れる厚別区にある地名は何でしょうか?

答え. _____

ヒント!

厚別区の西側に位置し、白石区・清田区と隣接しているこの地域。この地域は土地が低く湿地帯であったことから、この地名で呼ばれているんだよ!



答えは8字!



厚別区からの

お知らせ

2月



2月11日からの内容を掲載しています

主な札幌市の施設・窓口一覧

- 厚別区役所 〒004-8612 厚別区厚別中央1の5 ☎895-2400 (代表)
- 厚別保健センター ☎895-1881 ●厚別区土木センター ☎897-3800
(厚別中央1の5) (厚別町下野幌45-39)
- まちづくりセンター
- 厚別中央 (厚別中央4の3) ☎891-3907 もみじ台 (もみじ台北7) ☎897-6121
- 厚別南 (厚別南1) ☎891-1666 青葉 (青葉町3) ☎892-8177
- 厚別西 (厚別西2の3) ☎891-4555 厚別東 (厚別東4の4) ☎897-2885
- 厚別図書館 ☎894-1590 ●東部市税事務所 (大谷地東2) ☎802-3912
- 厚別区民センター ☎894-1581 ●厚別消防署 (厚別中央1の5) ☎892-2100
(以上、厚別中央1の5)

申込時の 必要事項

①行事名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤連絡先(電話番号・ファクス番号・メールアドレスなど)
※その他の必要事項については、▶**申込方法** に記載しています。

厚別区ガーデニング入門講座 ～種から花を育ててみよう～

HP

ピートバン（園芸用の土を圧縮・乾燥させ板状にしたもの）を使って、種から花苗を育てる方法を学びます。講座で植えた花苗は、持ち帰って育てることができます。

▶日時 3月11日(出)

①10時～12時

②13時30分～15時30分

▶会場 厚別区民センター

▶定員 各20人【多数時抽選】

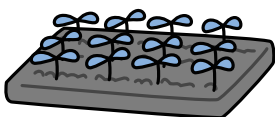
▶費用 無料

▶申込方法 2月14日(火)～24日(金)8時～21時に
電話かFAXまたはホームページの申し込み
フォームで

▶申込先 札幌市コールセンター

☎222-4894、FAX221-4894

HP 札幌市 申し込み可能 検索



胃がん・大腸がん検診 **HP**

▶日時 3月14日(火)、29日(水)8時45分～10時

▶会場 厚別保健センター

▶対象 40歳以上

▶費用 胃がん(バリウム)700円、
大腸がん(検便)400円
※減免制度あり

▶申込方法 各健診日の2週間前までに
電話かFAXまたはEメールで

▶その他 1週間前までに採便キットなどを送付
します。

▶申込先 札幌市コールセンター ☎222-4894

FAX221-4894、E info4894@city.sapporo.jp



第7回厚別歴史写真パネル展

区内各地区の昭和の風景や、弾薬庫があった戦時中の新さっぽろ駅周辺地区の写真などのパネルを展示します。

▶日時 3月1日(水)～3日(金)

10時～20時

▶会場 サンピアザ1階

光の広場(厚別中央2の5)



▶詳細 第7回厚別歴史写真パネル展実行委員会
(地域振興課まちづくり調整担当) ☎895-2442

国民健康保険から **HP**

■保険料の減免

病気や失業などにより、平成28年中の収入が平成27年中と比較して大幅に減少し、保険料の納付が困難になった方は、申請により保険料が減免になる場合がありますので、ご相談ください。

■夜間納付相談(20時まで)

▶実施日 2月23日(木)、3月9日(木)

▶場所 区役所1階9番窓口

(庁舎東側の時間外出入口からお入りください)

▶詳細 保険年金課収納係 ☎895-2597

たのしいお話会

読み聞かせボランティア「てぶくろ」が、絵本の読み聞かせや人形劇などを開催します。

▶日時 2月18日(土)、25日(土)、

3月4日(土)14時～15時

▶費用 無料。直接会場へ

▶会場・詳細 厚別図書館 ☎894-1590



厚別区交通事故件数

死傷事故発生件数 7 件（－ 4）、死者数 0 人（± 0）、負傷者数 7 人（－ 6）

※平成 29 年 1 月 1 日～ 10 日現在（ ）内は前年比

広告

厚別保健センターからのお知らせ

※全て無料。直接会場へ

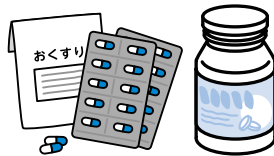
■市民健康教育「薬、サプリメント（健康食品）との上手な付き合い方」

▷講師 札幌薬剤師会厚別支部 薬剤師 ^{まつばら ようこ} 松原 陽子 氏

▷日時 2 月 13 日（月）14 時～15 時 30 分

▷会場 厚別保健センター

▷対象 厚別区在住の方



■市民健康教育「健康のはじまりは お口から～噛んでのばそう健康寿命」

▷講師 森林公園歯科医院 歯科医師 ^{はらだ なおき} 原田 尚樹 氏

▷日時 3 月 8 日（水）14 時～15 時 30 分

▷会場 青葉会館（青葉町 3）

▷対象 厚別区在住の方



【詳細】厚別保健センター ☎ 895-1881

平成 28 年度厚別区自殺対策事業

「こころのサインっ 見逃さないで！」

若者の「こころの SOS」への気づき方やその対処方法を学ぶ講話です。

▷講師 円山心理発達相談室室長・臨床心理士 ^{やまがし もとこ} 山岸 紀 氏

▷日時 2 月 28 日（火）14 時～15 時 30 分

※受付時間：13 時 30 分～14 時

▷会場 厚別区民センター

▷定員 200 人【先着順】

▷費用 無料。直接会場へ

※定員に達し次第受け付けを終了



【詳細】保健福祉課保健支援係 ☎ 895-2489

第 3 回

あつべつ西紙袋 ランターンフェスティバル



▷日時 2 月 11 日（祝）17 時～19 時 30 分

▷会場 厚別さくら公園（厚別西 4 の 4）

▷費用 無料。直接会場へ

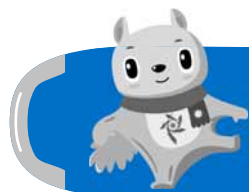
※当日は隣接する厚別西地区センターで紙袋のランタンを製作することができます。

【詳細】あつべつ西紙袋ランターン

フェスティバル実行委員会（厚別西地区センター内）☎ 896-2000

地域振興課 ☎ 895-2442





ついに開幕!! 冬季アジア札幌大会

開催期間 2/19(日)～26(日)

詳細 アジア大会組織委員会 ☎242-2017

厚別南地区センターからのお知らせ

行事・講座名	日時	対象	定員	費用
① 2 がつのおはなし会	2/18(土) 11時～11時45分	小学生以下	なし	無料
② 陶芸体験講習	3/6(月) 13時30分～15時30分	18歳以上 (高校生を除く)	4人	1,000円
③ カラーボトルを使った カラーセラピー講座	3/9(木) 10時～12時	18歳以上 (高校生を除く)	15人	1,200円
④ オカリナ体験講習	3/13(月) 10時30分～11時30分	18歳以上 (高校生を除く)	10人	無料 ※オカリナは貸し出します

▷ 申込方法 ① 不要。直接会場へ、②～④ 2月14日(火)～18日(土) 9時～17時に電話か F A X または Eメールで【先着順】※定員に満たない場合は翌日以降も受け付けを継続 (日曜日を除く)

▷ 費用納入 ② 受講時に講師へ直接、③ 2月28日(火)・3月1日(水) 9時～16時に窓口で直接

会場・申込先 厚別南地区センター〔上野幌小学校4階(厚別南7)〕 ☎896-3000、FAX896-4990

E atsunan-tikucenter@bz01.plala.or.jp

厚別老人福祉センターからのお知らせ 3月8日(水)の広報ラジオ番組(8時)でも紹介!

■「平成29年度教養講座」受講生募集

講座名	曜日	時間	定員 【多数時抽選】	回数	期間 ※「1年」は平成29年4月～平成30年3月、 「6カ月×2期」は平成29年4月～9月、平 成29年10月～平成30年3月の期間です。
健康ヨガ	月	10時～11時30分	30人	月3回	6カ月×2期
皮革工芸	月	10時～12時	12人	月3回	1年
木彫	火	13時～15時	12人	月3回	1年
絵手紙	火	13時～15時	20人	月2回	1年
ペン習字	水	10時～12時	20人	月3回	1年
骨盤体操	水	13時～14時	18人	月2回	6カ月×2期
茶道	水	13時～15時	12人	月3回	1年
姿勢	水	13時30分～15時	20人	月1回	6カ月×2期
書道	金	13時～15時	20人	月3回	1年

▷ 対象 市内在住の60歳以上で、原則同一講座の受講歴が無い初心者の方

▷ 費用 無料(教材費やコピー代などが別途必要な場合があります)

▷ 申込方法 2月13日(月)～24日(金) 9時30分～16時に本人が直接(老人福祉センター利用登録証または年齢・住所が確認できるものを持参) ※申込多数時は3月2日(木)に抽選を行います。

会場・申込先 厚別老人福祉センター(厚別中央1の7) ☎892-2211

広告

「ぐるんぱ」おはなし会

▷日時 3月6日(月)10時30分～11時30分

▷対象 就学前の子どもとその保護者

▷費用 無料。直接会場へ

会場・詳細 厚別西地区センター(厚別西4の4)

☎896-2000

スプリング・ゴスペルコンサート

▷出演 ブライトサッポロコミュニティクワイア

▷曲目 「天使にラブソングを」他

▷日時 3月18日(土)14時～15時30分(開場13時30分)

▷対象 小学生以上 ▷定員 200人【先着順】

▷費用 500円(チケット代)

▷申込方法 2月13日(月)から窓口でチケットを販売

※販売時間:10時～17時

会場・申込先 厚別区民センター☎894-1581

スノーモービル乗車体験

スノーモービル乗車体験の他、高所作業車の乗車体験やスノーキャンドル作りなど、家族で楽しく遊べるイベントも開催します。

▷日時 2月18日(土)10時～12時

※荒天時は19日(日)に延期

▷会場 もみじ台東側緑地

陸上競技場(もみじ台北3)

▷定員 50人【先着順】

▷費用 無料

▷申込方法 2月13日(月)～16日(木)に電話かFAXで

▷その他 運転は係員が行います。小学2年生以下は保護者の同伴が必要。

申込先 札幌市指定管理者 あつべつグリーン

パートナー(株式会社四宮造園内)☎892-0881

FAX894-4111



冬のあったかレシピを紹介します／ 野菜たっぷりあったか豆乳鍋

材料
(4人分)

A	豚モモ肉薄切り	240g
	しょうゆ	小さじ2と2/3
	酒	大さじ1/2強
	ゴマ油	小さじ2
	砂糖	ひとつまみ
	ニンニク(すりおろし)	4g
B	しょうが(すりおろし)	4g
	白菜	600g
	シメジ	100g
	長ネギ	40g
	ニラ	40g
	豆腐	100g
	白菜キムチ	60g
	ニンジン	20g
	ジャガイモ	200g
	水	300ml
	コチュジャン	20g
	しょうゆ	小さじ1と1/3
	塩	少々
	豆乳	240ml

作り方

- ① 豚肉はひと口大に切り、Aで下味をつけておく。
- ② 白菜は長さ3cm、幅5cmくらいに切る。シメジは小房に分ける。長ネギは斜め切りにする。ニラは5cmくらいの長さに切る。豆腐は食べやすい大きさに切る。白菜キムチは刻む。ニンジンはいちょう切りにする。ジャガイモは厚さ1cmの半月切りにする。
- ③ ニンジン、ジャガイモは下ゆでしておく。
- ④ 鍋に油をひき、①の豚肉を弱火で炒める。
- ⑤ 豚肉に火が通ったら、白菜、シメジを入れ、Bを加えて煮る。
- ⑥ 白菜・シメジが柔らかくなったら、長ネギ、ニラ、豆腐、白菜キムチ、ニンジン、ジャガイモ、豆乳を入れて弱火でコトコト煮る。
- ⑦ 材料に火が通ったら完成。

※辛いものが苦手な方は、白菜キムチを少なめに、白菜を多めに入れてください。

※豆乳は煮立たせると分離してしまうため、火加減に注意しましょう。

(1人分) エネルギー282kcal、塩分2g

お問い合わせ 健康・子ども課健やか推進係☎895-1881

広告



区役所から子育て関連情報をお届けします！

両親学級 HP

初めての赤ちゃんを迎える準備のための育児実習や妊婦疑似体験などを行う教室です。

▷日時 3月3日(金)18時30分～20時30分

(受け付けは18時から)

▷対象 第1子の出産予定日が平成29年4月～7月の厚別区在住の夫婦

▷定員 30組【先着順】▷費用 無料

▷申込方法 2月13日(月)8時45分～24日(金)に電話か、4ヶ必要事項(氏名は夫婦とも)の他、出産予定日、駐車場使用の有無(1台まで)を記載しFAXかEメールで

▷持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」

会場・申込先 厚別保健センター ☎895-1881

FAX895-5922、E at.kenko@city.sapporo.jp

広報ラジオ番組 厚別ふれあい・ ほっと・ステーション

毎週水曜日

10時45分から

FMドラマシティ

77.6MHz生放送中!



～ これからの放送は～

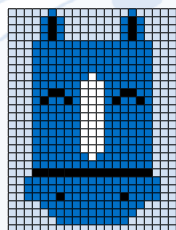
放送日	内容
2月15日	食生活改善推進員
2月22日	札幌市防災表彰
3月1日	声の広報さっぽろ3月号
3月8日	厚別老人福祉センター

※都合により番組内容を変更する場合があります。

77.6MHz

2ページ～3ページ「厚別区クイズ」の答え

問題1 答え. ③馬場公園



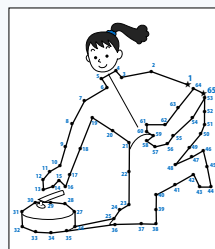
馬

昭和2年に馬場和一郎が創設した農場の跡地です。馬場公園はもともと牛の放牧地で、緩やかな起伏は当時の面影を残しています。



所在地：厚別南1丁目1番地

問題2 答え. ②カーリング



フロアカーリングは平成5年に新得町で誕生したスポーツです。子どもからお年寄りまで誰でも気軽に楽しむことができるため、世代間交流や健康づくりの一環として、厚別区でも行われています。厚別区役所では団体やグループなどを対象に、フロアカーリング用具の貸し出しを行っています。興味のある方は下記までお問い合わせください。

【詳細】地域振興課地域活動担当 ☎895-2442

問題3 答え. 大谷地

「水気の多い低地、沼・沢などの湿地」のことを、主に東日本では「谷地」と呼んでいます。大谷地の開拓は明治18年に阿住勘五郎、駒林鉄五郎らが入植し、畑を作りアワを収穫したことから始まりました。

広告