



あつべつ

編集
厚別区総務企画課広聴係
〒004-8612
厚別区厚別中央1条5丁目
TEL 895-2428
FAX 895-2403

新さっぽろ冬まつり 2018 フォトギャラリー



1月27日・28日に「新さっぽろ冬まつり2018」が開催されました。
メイン会場のふれあい広場あつべつ・科学館公園、連携・共催会場の札幌市青少年科学館・厚別公園
競技場では、さまざまなイベントが行われ、多くの人でにぎわいました。



あつべつカレンダー 3/11~4/10

本誌に掲載している情報から抜粋
詳細は厚別2号から厚別8号を
ご覧ください。
PO 厚別〇号 〇 子ども向け行事

2018 3	
11	①
12	②
13	❖
14	❖
15	❖ 北海道日本ハムファイターズ公式戦 厚別区民応援デー申込締切 P5
16	⑤ 医療講演会 「大腸がんを知ろう！」申込開始 P6
17	② ④ たのしいお話会 P4 ④
18	④ 和みの本棚 「大人のための朗読会」 P4
19	①
20	❖
21	祝
22	❖ 国民健康保険料夜間納付相談 P4
23	⑤
24	② ④ たのしいお話会 P4 ④ ④ 戸籍住民課窓口開庁 (8時45分~12時) P7
25	①
26	④ 戸籍住民課窓口受付時間 19時まで延長(~30日、4/2) P7
27	❖ がん検診申込締切 P4
28	❖
29	❖ 春休み子ども映画会& 楽しいマジックショー P5 ④
30	⑤ 国民健康保険料減免申請期限 P4
31	②

2018 4	
1	① 戸籍住民課窓口開庁 (8時45分~12時) P7
2	②
3	❖
4	❖
5	❖
6	⑤
7	② ④ たのしいお話会 P4 ④
8	①
9	①
10	❖

厚別区の人口・世帯数	
2月1日現在 () は前月比	
人口	126,268人 (-87)
男	57,398人 (-59)
女	68,870人 (-28)
世帯数	56,396世帯 (+5)

撮影協力：フォトボランティア「ポレポレ」

それぞれのスタイルで 取り組む、まちづくり

厚別区では、学生や子育て中の方、定年退職を迎えた方など、さまざまな年齢や立場の方が、地域をより良くするためのまちづくり活動に取り組んでいます。今の特集では、自分自身に合ったスタイルでまちづくりに関わるヒントを紹介します。



あなたも地域活動を始めてみませんか？

「どうやって始めたらいいんだろう」、「何から始めればいいのか」と思われている方には、初めの一步として、以下の活動があります。まずはここから、活動を始めてみませんか。自分に合った地域との関わり方を見つければ、活動をさらに深めていくこともできます。

先輩活動者のエピソードは次のページで詳しく紹介！

町内会・自治会活動

住民同士が協力して魅力あるまちをつくるために活動している「町内会・自治会」。防犯や防災、交通安全に関する取り組み、ごみ拾い、お祭りの運営など、地域に密着したさまざまな活動をしています。活動への参加を希望する方は、お住まいの町内会・自治会にご相談ください。

【詳細】 地域振興課 ☎895-2442

ボランティア活動

ボランティア活動をする方とボランティアを必要としている方を結ぶ「ボランティアコーディネート制度」をご利用ください。ボランティアに関する研修や活動に対してのサポートを受けられるため、安心して活動を始めることができます。

【詳細】 厚別区社会福祉協議会 ☎895-2483

エピソード1

札幌市青少年育成委員

たかひら あやな
高平 綾菜 さん(23歳)

やりがいは頼ってもらえること

母が町内会活動をしており、私も小学生の頃からごみ拾いや地域行事のお手伝いをしていました。こうしたつながりで、大学1年生の時に、地区の青少年育成委員会会長から「若い人のための活動だから、若い人の視点を取り入れたい」と委員への推薦のお話をいただいたことが活動を始めたきっかけです。青少年育成委員は、成人式や運動会などの地域行事を運営したり、地域で見守り活動をしたりしています。私の活動日数は基本的に月1・2日で、そこまで大変なこととは感じていません。また、学業や仕事、友人との約束などで出席できない時にも、周囲がいつも優しくサポートしてくれるため、負担なく取り組むことができます。活動の中で地域の方と顔なじみになり、私を頼って声を掛けてくれると、とてもやりがいを感じます。

エピソード2

民生委員・児童委員

まえだ みきこ
前田 美樹子 さん(41歳)

大変さよりも学ぶことがずっと多い

娘が幼い頃から近隣の公園で行われているラジオ体操に通っており、そこで地域の方と顔なじみになっていきました。そうしたご縁で地域から推薦をいただき、昨年からは民生委員・児童委員として活動しています。私の場合、活動日数は月8日程度で、主に単身高齢世帯の訪問や緊急連絡先の確認をしています。子育てや仕事をしながらの活動なので、忙しく感じる時もありますが、行政や他の委員と連携・協力しているので、一人で抱え込むことはありません。活動の中で、私は大変さよりも、高齢の方の暮らしについてお話を伺ったり、人生の先輩としてアドバイスをいただいたり、プラスになっていることのほうが多いと感じています。活動内容が分かってきた最近では、スケジュールも工夫して立てられるようになりました。

エピソード3

ボランティア

いとう としお
伊藤 敏雄 さん(69歳)

ここでしか得られない感動がある

64歳で定年退職し、時間に余裕ができたため、福祉活動をしたいと思い、札幌市や社会福祉協議会が主催する講座をいくつか受講しました。それがきっかけで、家族の賛成もあり、現在は元々の趣味を生かした写真撮影と、高齢の方などの日常生活支援のボランティアをしています。以前、写真撮影で養護学校の運動会へ伺ったことがありました。そこで、子どもたちが生き生きと笑顔を輝かせている様子を見て、とても大きな感動をもらいました。ボランティアは大変という印象があるかもしれませんが、強制的な側面はなく、することを自分で決められる自発的な活動です。退職前は決まったスケジュールで時間を過ごす毎日でしたが、今はボランティアなど、自分のやりたいことに時間を使えるぜいたくな毎日を過ごしています。

エピソード4

町内会長・福祉のまち推進センター事務局長

は せがわ ゆうすけ
長谷川 雄助 さん(82歳)

支え合う地域を作りたい

60歳で定年退職し、ライフワークである登山に打ち込んできました。70歳の頃に当時の町内会長から役員就任のお誘いがあり、登山を優先しなかったのが一度はお断りしたのですが、熱意に触れ、お引き受けしました。現在は町内会活動の他、福祉のまち推進センターの事務局長として見守り活動などもしています。私は地域活動を一人の人だけではなく、みんなが関心を持って参加できるものにしたいと思い、その体制作りに取り組んできました。高齢化が進み、行政の支援だけでは限界がある中、昔のような地域のつながりはとても大切です。ぜひ、お隣にはどんな人が住んでいるだろうと気に掛けることから始めてみてほしいと思います。活動の傍ら、もちろん今でも、山岳会の仲間と一年を通して登山を続けています。



厚別区からの

お知らせ

3月



3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・FAX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。

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29年中の収入が平成28年中と比較して大幅に減少し、平成29年度の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。申請の期限は3月30日(金)です。お早めにご相談ください。

■夜間納付相談(20時まで)

▷実施日 3月22日(木)

▷会場 厚別区役所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

胃がん・大腸がん検診【HP】

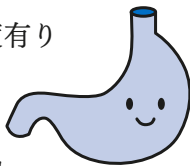
▷日時 4月10日(火)8時45分～10時

▷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 ※減免制度有り▷申込方法 3月27日(火)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、Einfo4894@city.sapporo.jp



厚別図書館からのお知らせ

※どちらも無料。直接会場へ

■たのしいお話会

▷日時 3月17日(土)、24日(土)、4月7日(土)14時～15時

■和みの本棚「大人のための朗読会」

▷日時 3月18日(日)13時30分～15時30分(開場13時)

▷定員 50人【先着順】

▷その他 未就学児の入場はご遠慮ください。

【会場・詳細】 厚別図書館 ☎894-1590

厚別区体育館 スポーツ教室

ベリーダンスエクササイズ、フラダンス、ヨガ、アンチエイジング体操、やさしい健康運動体操、テニス、
ヒップホップ、HIPHOP、バドミントン、
ズンバなどの教室を4月3日(火)から
順次開講します。



▷申込方法 3月14日(水)までに電話か直接または厚別区体育館ホームページの申し込みフォームで(受付時間:9時～20時)

▷その他 各教室の定員や対象はお問い合わせください。申込多数時は抽選。受講料・施設利用料がかかります。

【会場・申込先】 厚別区体育館(厚別中央2の5)

☎892-0362

厚別区体育館

検索

厚別区民センター・ちえりあ共催「ご近所先生企画講座」
毎日健康サラ弁～栄養学から考える
超簡単レシピ～▷日時 5月10日(木)～6月14日(木)の毎週木曜日
18時45分～20時45分【全6回】▷会場 厚別区民センター
(厚別中央1の5)

▷対象 18歳以上(高校生を除く)

▷定員 20人【多数時抽選】

▷費用 5,800円(材料費込み)

▷申込方法 3月25日(日)までにはがきかFAXまたは札幌市生涯学習センター「ちえりあ」ホームページの申し込みフォームで【必着】

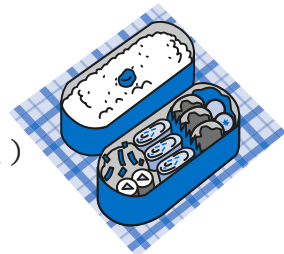
▷その他 費用の納入方法は当選者に後日連絡します。

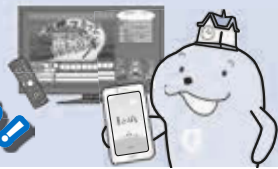
【申込先・詳細】 〒063-0051 西区宮の沢1条1丁目1-10
札幌市生涯学習センター事業課

☎671-2311、FAX671-2334

ちえりあ

検索





北海道日本ハムファイターズ 公式戦に無料招待! ~厚別区民応援デー

【広告】

対象試合	対 オリックス・バファローズ 戦 C 指定席		
日時	4/25(水)18時開始	会場	札幌ドーム(豊平区羊ヶ丘1)
対象	厚別区在住の方1,000組2,000人【多数時抽選】		
申込方法	3/15(木)までに球団ホームページの申し込みフォームに必要事項を入力		
	<パソコンの場合> http://www.fighters.co.jp/kansen/ へアクセス	<スマートフォン・携帯電話・タブレットの場合> 右記からアクセス	
その他	抽選結果は4/18(水)までにEメールでお知らせします。fighters.co.jp および fmail.fighters.co.jp からのメールを受信できるよう事前に設定してください。当選者は試合当日に札幌ドーム前売り券売り場で席種を変更することができます(有料・席数に限り有り)。		

【詳細】北海道日本ハムファイターズ お客様センター ☎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、本件を含むチケット関連のダイレクトメール、アンケートなどによる案内以外には利用されません。

厚別南地区センターからのお知らせ

■春休み子ども映画会&楽しいマジックショー

▷日時 3月29日(休)10時~12時

▷対象 小学生以下の子どもとその保護者 ▷費用 無料。直接会場へ

■園芸講座~北海道での野菜づくり~

連作障害を防ぐ菜園計画や野菜作りに適した土作りの方法などを学ぶ他、園芸に関する日頃の悩みについてもお答えします。

▷講師 ゆきじりししゅびょう 雪印種苗株式会社北海道研究農場 職員

▷日時 4月24日(火)、25日(水)14時~16時【全2回】

▷対象 18歳以上(高校生を除く) ▷定員 30人【先着順】

▷費用 1,000円。4月13日(金)、14日(土)9時~16時に窓口で直接納入

▷申込方法 3月28日(水)~4月4日(水)9時~17時に電話かFAXまたはEメールで

※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)

【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、Eatsunan-tikucenter@bz01.plala.or.jp

厚別西地区センターからのお知らせ

※どちらも直接会場へ。費用は当日に会場で納入

■フロアカーリング

▷日時 3月17日(土)10時~12時

▷対象 小学生以上

▷費用 300円(飲み物付き)※中学生以下無料 ▷持ち物 上靴、タオル



■お楽しみサロン

お茶を飲みながらみんなでおしゃべりしませんか。介護予防体操も行います。

▷日時 3月20日(火)10時~12時※毎月第3火曜日に開催

▷費用 100円(飲み物・菓子付き)

【会場・詳細】厚別西地区センター(厚別西4の4)☎896-2000

厚別区民センターからのお知らせ

講座名	日時	定員	費用
①医療講演会「大腸がんを知ろう！」	4/3(火)14時～15時	20人	無料
②美文字講座	4/5(木)～26(木)の毎週木曜日 13時～14時30分【全4回】	15人	3,000円
③みんなで楽しく健康づくり3B体操 (体幹・腰痛予防)	4/9(月)～5/7(月)の毎週月曜日 10時～11時30分 ※4/30(休)を除く【全4回】	15人	2,500円
④はじめてのポーセラーツ ～手作りの食器で、心と生活に彩りを～	4/10(火)、24(火)10時～11時30分【全2回】	12人	3,000円 (教材費込み)
⑤気持ち良く 朗らかに歌おう！ ～発声練習と歌唱～	4/13(金)～5/11(金)の毎週金曜日 13時30分～15時 ※5/4(祝)を除く【全4回】	20人	3,000円 (教材費込み)
⑥はじめての飾り巻き寿司	4/17(火)13時～15時	12人	1,800円 (材料費込み)

▷対象 18歳以上(高校生を除く)

▷申込方法 ①3月16日(金)～22日(木)、②～⑤3月12日(月)～18日(日)、⑥3月14日(火)の10時～17時に電話かFAX
または直接【①⑥先着順、②～⑤多数時抽選・Eメールでの申し込みも可】※⑥定員に満たない場合は翌日以降も受け付けを継続

▷費用納入 ②～⑤3月19日(月)～25日(日)、⑥3月14日(火)～25日(日)10時～17時に窓口で直接

▷持ち物 ⑥エプロン、布巾2枚、三角巾やバンダナなど髪を覆うもの、筆記用具

会場・申込先 厚別区民センター(厚別中央1の5) ☎894-1581、FAX895-4471、Eatsu.cc@bz03.plala.or.jp

時間もできたし、
これからは…



合唱や手芸、書道や
写真など、**趣味に関
する活動**をしたい

そんな皆さん!
老人クラブで一緒に活動しませんか?

厚別区内には約40の老人クラブがあり、クラブごとにさまざまな活動をしています。合同の作品展や演芸大会、スポーツイベントなども開催され、日頃の活動の成果を発表したり、クラブ間の交流を深めたりする機会となっています。



スポーツ大会やレクリエーションなどを通じて、**仲間と交流**したい



地域の清掃や子どもたちの見守り活動など、**社会奉仕活動**をしたい



仲間づくりや健康づくり、
生きがいづくりのため、
一緒に活動しましょう!

厚別区老人クラブ連合会
たかさわ えいじ
高澤 英治 会長

入会を希望する方は保健福祉課活動推進担当 ☎895-2471まで

広告

引っ越し時の手続き

- 厚別区役所で手続き
- 新住所地の区役所で手続き
- 不要 手続き不要

- 手続きに必要なもの
- ※届出人の本人確認書類の例
⇒運転免許証、マイナンバーカードなど

詳細 厚別区役所 ☎895-2400(代表)

項目	窓口	担当	転出(札幌市外への引っ越し)	札幌市内・厚別区内での転居
住民登録(住民票の異動)	1階 3番	戸籍住民課	転出先の住所を確認して転出届を提出 届出人の本人確認書類 ⇒転出証明書が発行されます	転居後14日以内に転入・転居届を提出 届出人の本人確認書類 ※新住所は、○番○号、または○番地○(枝番)まで必要
印鑑登録			不要 転出届により自動的に廃止 印鑑登録証を返還または自分で破棄	不要 転入・転居届により自動的に住所が更新
転校(小・中学校)			今までの学校から在学証明書をもらい、転出先の市町村で手続き	転入・転居届により入校票を発行しますので、今までの学校からもらう在学証明書とともに新しい学校で手続き
国民健康保険 後期高齢者医療制度	1階 9番	保険年金課	転出前に脱退の届け出 保険証	転居後14日以内に住所変更の届け出 保険証
介護保険			転出前に資格喪失手続き。認定を受けている方は、受給資格証明書の交付を受けてください 保険証または資格者証	新住所変更の届け出 保険証または資格者証
国民年金 加入者 受給者	1階 10番	保険年金課	第1号被保険者と任意加入者は新住所地で住所変更の届け出	不要 転入・転居届により自動的に更新
			第3号被保険者(厚生年金・共済年金の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者)は、配偶者の勤務先を通じて年金事務所に届け出 新住所地为管轄する年金事務所にお問い合わせください。 ※ 住民票コード収録状況により、届け出が不要となる場合があります	
児童手当	2階 3番	保健福祉課	転出前に、受給事由消滅届の提出 転出証明書 ※ 新住所地で申請手続きが必要	不要 転入・転居届により自動的に住所が更新
児童扶養手当 特別児童扶養手当	2階 4番		住所変更の届け出 手当証書 ※ 新住所地で住所変更の届け出が必要	住所変更の届け出 手当証書 (児童扶養手当のみ) 賃貸借契約書など
各種医療費の助成 (子ども・重度心身障がい・ひとり親)	2階 2・3番		転出前に受給者証の返還	住所変更の届け出 受給者証
身体障害者手帳・療育手帳・ 精神障害者保健福祉手帳・ 福祉サービス	2階 7番		交通費助成を受けている方は、福祉乗車証などの返還⇒2階5・6番窓口へ ※ 新住所地で住所変更の届け出が必要	住所変更の届け出 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・福祉サービスの受給証など
特別障害者手当 障害児福祉手当 経過的福祉手当			不要 新住所地で住所変更の届け出が必要	住所変更の届け出 印鑑 身体障害者手帳・療育手帳
敬老優待乗車証 (70歳以上の方)	2階 5・6番		乗車証(ICカード)を返還 乗車証に残額がある場合、納入金の一部を返還請求できます 乗車証 通帳 印鑑	不要 そのまま利用できます
固定資産税	市税事務所 固定資産税課	土地や家屋などの資産が所在する市町村で住所変更の届け出 ※ 札幌市内に資産をお持ちの場合は、電話・インターネットでも可 札幌市 固定資産税 変更届 検索 ※ 厚別区・白石区に土地・家屋をお持ちの場合は、東部市税事務所固定資産税課(土地担当 ☎802-3917・家屋担当 ☎802-3918)へ		
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車	中央市税事務所 軽自動車税担当 ☎211-3076	廃車届の提出 印鑑 ナンバープレート 標識交付証明書 届出人の本人確認書類 ※ 新住所地で申請手続きが必要	不要 転入・転居届により自動的に住所が更新	

戸籍住民課窓口の受付時間延長・土日開庁を実施します！
3月26日(月)～30日(金)、4月2日(月)は19時まで
3月24日(土)、4月1日(日)は8時45分から12時まで
※詳細は全市版13号

広告

厚別区版は裏表紙をめくったページからご覧ください。



**区役所から
子育て関連情報をお届けします！**

乳幼児ふれあい体験「学校であそぼっ♪」の協力者を募集しています！

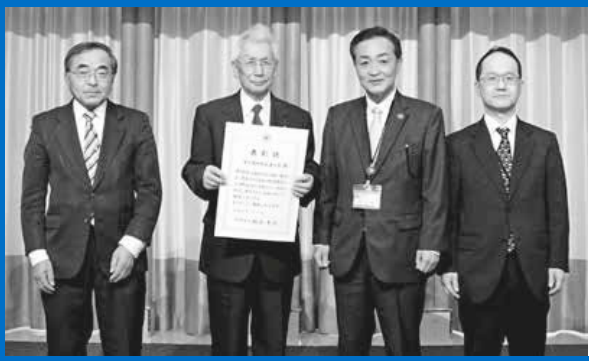
厚別区では、区内の小中学生・高校生に、乳幼児と触れ合う楽しさや命の尊さを伝えていく乳幼児ふれあい体験「学校であそぼっ♪」を学校のカリキュラムの一環として実施しており、授業に協力していただける、**就学前の子どもとその保護者**を募集しています。授業の実施時期は**6月の予定**です。小学生から高校生までの若い世代と触れ合ってみませんか？



▲札幌市立上野幌中学校での乳幼児ふれあい体験の様子

詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎895-2514

**平成29年度
札幌市防災表彰
～心からお祝い申し上げます～**



札幌市では、自主防災強化のため市民の規範となる活動を行った個人や団体を毎年表彰しており、本年度、厚別区からは**厚別東町内会連合会**が表彰されました。

同会は、防災訓練や防災研修会などを通じて、地区内の防災意識の向上に努めてきました。特に、地域の中学校や高校と連携してDIG(災害図上訓練)研修や消火栓除雪ボランティアを数年にわたり継続して実施している他、災害時の要配慮者と支援者のマッチングをはじめとする見守り体制の構築にも熱心に取り組んでおり、これらの功績が高く評価されました。

◀1月16日に行われた表彰式の様子。
左から栗原佐外交通安全部長、中川喜久雄会長、平本浩昭厚別区長、砂金栄治郎厚別東まちづくりセンター所長

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～11時
FMドラマシティ 77.6MHz

厚別区 広報ラジオ 検索

厚別区役所ホームページから過去の放送を聴くことができます。



📻 これからの放送予定 📻

放送日	内容
3月14日	札幌市リユースプラザ
3月21日	お休み
3月28日	食生活改善推進員
4月4日	声の広報さっぽろ4月号

広告