



見直そう
わが家の
災害対策



目次

特集 見直そう わが家の災害対策	2	市長とトーク/ごみと資源のこと	15
国勢調査にご協力をお願いします	8	新型コロナウイルス感染症を 予防するために	16
しっとくさっぽろ	10	札幌市からのお知らせ	17
ぶらり施設見聞録	12	区民のページ	
子育てお役立ちガイド	14		

市役所のどこに聞いたらよいか分からないときは 札幌市コールセンター

ツージる しやくしょ
☎ **222-4894** FAX **221-4894**
8時～21時(年中無休) Eメール info4894@city.sapporo.jp

市政に関するご意見、ご提案などは
市民の声を聞く課
☎ **211-2042** FAX **218-5165**

札幌市役所ホームページ
www.city.sapporo.jp

携帯電話対応サイト <https://www.city.sapporo.jp/mobile/>

市役所・区役所などの連絡先

●市役所(電話は代表、ファクスは広報課)
〒060-8611 中央区北1西2 ☎211-2111 FAX218-5161

●区役所(電話は代表、ファクスは広聴係)

中央区	南3西11	☎231-2400	FAX231-6539
北区	北24西6	☎757-2400	FAX757-2401
東区	北11東7	☎741-2400	FAX742-4762
白石区	南郷通1南	☎861-2400	FAX860-5236
厚別区	厚別中央1の5	☎895-2400	FAX895-2403
豊平区	平岸6の10	☎822-2400	FAX813-3603
清田区	平岡1の1	☎889-2400	FAX889-2402
南区	真駒内幸町2	☎582-2400	FAX582-0144
西区	琴似2の7	☎641-2400	FAX641-2405
手稲区	前田1の11	☎681-2400	FAX681-6639

※市税事務所の所在地、電話番号は21ページをご覧ください。

●夜間急病センター
中央区大通西19WEST19内 ☎641-4316 FAX615-8604

●救急安心センター(24時間。医療機関の案内、救急医療の相談)
☎#7119 ダイヤル回線、IP電話は☎272-7119

札幌の人口と世帯
8月1日現在(前年比)国勢調査ベース
1,973,271人(-91)
973,304世帯(+384)

市内の交通事故
令和2年1月1日～7月31日(前年比)
発生 2,131件(-417) 死者 18人(+8)
傷者 2,370人(-504)

今月の広報番組 ※番組内容は一部変更となる場合があります

テレビ ホームページでも放送中!

NORDのさっぽろキラキライフ
HBC 第2、第4日曜 16時54分～17時
ボーイズユニットNORDが
札幌で働くこと・暮らすことの魅力を伝えます
[内容]さっぽろアートライブ(9/27)※

札幌ふるさと再発見
STV 毎週土曜 11時54分～59分
地域を元気にする取り組みをお届けし
札幌の魅力を再発見します
[内容]花と緑の情報を発信
豊平公園緑のセンター(9/12)※

いっとこ!SAPPORO(いっとこ!みんテレ内)
UHB 9/19(土)10時25分～11時50分(うち2分30秒)
[内容]見直そう!災害対策※

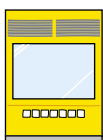
しっとこ!SAPPORO
UHB 9/24(木)21時54分～22時
左記「いっとこ!SAPPORO」9/19(土)放送分を
再編集して放送します

ラジオ

**さっぽろあかりニュース
(朝MORI内)**
AIR-G FM 80.4MHz
毎週木曜 10時15分～25分ごろ
市政情報をパーソナリティーが
分かりやすく紹介します
[内容]認知症について(9/17)※



市政情報を
大型ビジョンで配信しています
配信場所 地下街ポルタウンHILŌSHI、地下
歩行空間北大通交差点広場、北3条広場※



編集 札幌市広報課
〒060-8611 中央区北1西2 ☎211-2036 FAX218-5161
Eメール kohokakari@city.sapporo.jp

広報さっぽろは、毎月10日までに、町内会などを通じて市内の全世帯に配布しています。
詳細は、広報課かお住まいの区の区役所広聴係へお問い合わせください。

災害対策

わが家の

見直そう

全国で豪雨災害が多発

平成30年7月に発生した豪雨では、西日本を中心に広い範囲で記録的な大雨が降り甚大な被害をもたらしました。また、本年7月にも、九州地方をはじめとする広い地域で大雨が発生。多くの人命や家屋への被害が生じたほか、ライフラインや地域の産業などに大きな傷跡を残しています。

平成30年7月豪雨の被害状況 令和2年7月豪雨の被害状況(8/17現在)

人的被害 死者237人
負傷者433人

人的被害 死者82人
負傷者29人

建物被害 住家50,470棟
(全壊6,767棟
半壊11,243棟
その他32,460棟)

建物被害 住家17,795棟
(全壊296棟
半壊1,413棟
その他16,086棟)

過去には 札幌でも大災害が発生

私たちの住む札幌でも、近年大きな災害が起こっています。市内の広い範囲で震度5弱以上の揺れが観測された平成30年の北海道胆振東部地震や、避難勧告を6区約78万人に発令した平成26年9月11日豪雨は、記憶に新しいところです。

道内で初めて大雨特別警報を発表。市内では建物の浸水や道路の冠水など187件の物的被害が確認され、特に南区常盤地区では、0時から7時までに268mmという過去に札幌では例が無い雨量が観測されました。



真駒内御料札幌線



清田区里塚地区

北海道 胆振東部地震

平成30年9月6日未明に発生。市内では3人が亡くなられたほか、3万棟以上の建物が被害を受けています。大規模な停電や断水にも見舞われ、市内各地が混乱しました。

新型コロナウイルス 感染症の対策も必要に

災害時に多くの人が集まる避難所では、3密(密閉・密集・密接)の状態になりやすく、感染拡大のリスクが高まる恐れがあります。滞在スペースの確保や衛生管理などの感染症対策を行うことが必要です。

避難所で行う主な感染症対策

- ・受け付け時に避難者の体温や健康状態を確認
- ・発熱などの症状がみられる避難者には別室を案内
- ・滞在スペースの世帯ごとの間隔や通路の幅を2m以上(最低1m)空ける
- ・手洗いや咳エチケットの徹底
- ・30分に1回以上の換気
- ・定期的な消毒

本年7月17日に行った 避難所の運営訓練



▲受付では職員が避難者役の体温を測定

◀発熱などの症状がない人の滞在スペースも、世帯ごとに2m以上の間隔を確保

今一度確認しよう!

- ・住んでいる地域にどのような危険性があるか
- ・備蓄品や非常持ち出し品は十分か
- ・地震や大雨が発生したときの避難行動

← 4~7ページをチェック!

いつ起こるかわからない、地震や大雨といった自然災害。現在は感染症の流行による生活の変化などから、もしものときへの不安が増している方が多いかもしれません。この特集では、日頃からできる備えや、災害発生時に取るべき行動を紹介。命を守るために一人一人ができることを確認していきます。

【詳細】危機管理対策課 ☎(211)3062

平成26年9月11日 豪雨



できる備え

住んでいる地域の危険性を確認

1 安全な場合は在宅避難を基本に

避難所は3密(密閉・密集・密接)の状態に近く、衛生状態が悪くなりやすい環境です。災害の危険性がない場所にいる場合は、避難所に行く必要はありません。まずは自宅周辺の危険性を確認しておくことが重要です。



✓ 地域の危険性を確認する方法

📍 ハザードマップ



各災害が起こった場合の危険性を色で塗り分けて示した地図で、地震、洪水、土砂災害、津波の4種類に分けて作成しています。地域の避難場所や、災害が起こったときの避難行動なども記載しています。

配布場所 区役所(1ページ)、市役所7階危機管理対策課

札幌市 ハザードマップ 検索

📱 市防災アプリ「そなえ」



スマートフォンで、エリアごとのハザードマップや避難場所の位置を確認できるほか、アプリを開いている地点の危険度を災害別にアニメーションで見ることができます。

利用方法 右記のコードを読み取ってインストール



札幌市 そなえ 検索 <iPhone版> <Android版>

2 安全な地域にある 親戚・知人宅への避難も検討

避難できる場所は自宅や市が指定する避難場所だけとは限りません。親戚や知人が安全な地域に住んでいる場合は、緊急時の避難先としてよいか事前に相談しておく、万が一のときのスムーズな避難につながります。

3 安全が確保できない場合はためらわずに 指定緊急避難場所へ

地域の危険度は災害の種類によって違うため、市が指定する避難場所は災害ごとに異なります。普段歩き慣れている道が災害時に通れるとは限らないので、避難場所まで行くための複数のルートを実際に通って確認してください。



日頃から

備蓄品・非常持ち出し品の見直し

自宅で数日間過ごせる備えを

備蓄品は十分に用意しておくことが大切です。自宅から避難する場合には、感染症対策に必要なものも一緒に持ち出す必要があります。非常持ち出し品は、リュックなどの持ち出し袋に入れておきましょう。



備蓄品・非常持ち出し品の例

冬 = 冬の寒さ対策のために必要なもの

備蓄品 家に備えておくもの

- 食料品・飲料水(1人1日3L)⇒最低3日分用意
- 粉ミルク・液体ミルクなど
- ランタン⇒火災予防のためLEDなどが望ましい
- 乾電池・携帯電話のバッテリーなど
- カセットこんろ
- 携帯トイレ
- 水の要らないシャンプー
- ティッシュペーパー
- 給水ポリタンクなどの給水容器
- ビニール袋
- 工具・ロープ
- 救援時のホイッスル
- ベットの餌
- カセットボンベや灯油式のポータブルストーブ 冬
- 段ボール・防災保温シート・新聞紙 冬
- 発電機⇒一酸化炭素中毒の恐れがあるため、屋内や車内はもちろん屋外でも換気の悪いところでは絶対に使用しない 冬

非常持ち出し品 避難時に最低限持ち出すもの 大事なものはビニールケースに入れると防水に!

- 食料品・飲料水
- 粉ミルク・液体ミルクなど
- 現金・貴重品
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- ライター・マッチ
- 生理用品
- 厚手の手袋
- 救急医療品・常備薬
- お薬手帳
- ペット用品(餌など)
- 寝袋・毛布 冬
- 衣類・長靴・防寒衣 冬
- 使い捨てカイロ 冬



感染症対策のため持ち出し品にプラス!

- マスク 
- 消毒液 
- 体温計 
- スリッパ・上履き 

家族構成などに応じた冊子も配布しています

災害時における乳幼児栄養ガイド

乳幼児がいる家庭向けの防災グッズや、災害時の授乳・食事の要点をまとめています。

配布場所 区保健センター

災害時における乳幼児栄養ガイド [検索](#)



犬と猫の防災手帳

ペット向けの日頃からの備えが分かるほか、ペットの情報を書いて持ち歩くのにも便利です。

配布場所 区保健センターほか

犬と猫の防災手帳 [検索](#)



身を守る行動

地震が起こったとき

緊急地震速報が出たら 落ち着いて行動を

地震はいつどこで起こるか分かりません。発生時はスマートフォンやテレビ、ラジオなどで速報が流れます。どのような行動を取るべきか日頃から考えておくことが大切です。

1 すぐに身を守る行動を

家にいる場合

- 机の下などにもぐる
- 座布団などで頭を守る
- 窓や家具から離れる



車の運転中は

- ゆっくり減速しハザードランプをつけて道路の左側に停車する
- カーラジオなどで情報収集する

外にいる場合

- 自動販売機やブロック塀など倒れそうなもの、垂れ下がった電線に近づかない
- 窓ガラスや看板などの落下物に注意する
- かばんなどで頭を守り、公園などの安全な場所へ避難する



2 揺れが収まったら

- 足をけがしないようにスリッパ・靴を履く
- ガスこんろやストーブの火を消す
- 戸や窓を開けて避難口を確保する
- 大声で家族の安否を確認する
- テレビ・ラジオなどで正しい情報を入手する

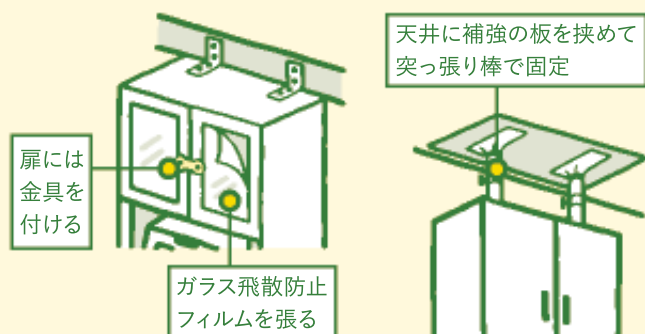


3 自宅で過ごすことが困難な場合は親戚・知人宅や避難場所へ

- ガスの元栓を閉める
- ブレーカーを切る
- 非常持ち出し品(5ページ)を持って原則徒歩で避難する

家具を固定して安全性を高めよう

大きな地震が起こると家具や電化製品が倒れたり落下したりして非常に危険です。家具が倒れそうな方向に寝ない、家具を金具やひもなどで固定する、出入り口をふさがないように家具を配置するといったことができているか、部屋を改めて点検しましょう。





いざというときに
備えて知ろう

災害時に

大雨が降ったとき



気象情報の確認を 習慣に

大雨による災害は一定程度予測が可能な場合が多いです。
日頃から気象情報を確認しましょう。



1

警戒レベル・避難情報の確認

テレビ・ラジオなどで情報を発信しますので、警戒レベルに応じた行動を取ってください。

警戒レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
避難情報	早期注意情報 (気象庁が発表)	注意報 (気象庁が発表)	避難準備・ 高齢者等避難開始 (市が発令)	避難勧告または 避難指示(緊急) (市が発令)	災害発生情報 (市が発令)
取るべき 行動	最新情報に 注意	避難行動を 確認	危険な場所から 高齢者などは避難 移動に時間がかかる人は避難	危険な場所から全員避難 自宅や親戚・知人宅、指定緊急 避難場所など安全な場所へ	既に災害が発生した状況 避難していない人は直ちに 命を守る最善の行動を

2

適切な方法で避難

大雨による災害には洪水と土砂災害があるため、発生場所や災害の状況に応じて避難方法を判断することが大切です。



災害の状況とそれに応じた避難方法

災害の種類	状況	避難方法
洪水	・自宅が川に近い ・2階以上に浸水の危険性がある	▶ 浸水前の早い段階で親戚・知人宅や指定緊急避難場所、近くの頑丈な建物へ避難
	・既に浸水している ・激しい雨で避難場所などへの移動が危険	▶ 近くの安全な場所、屋内の高いところや屋上へ移動
	・自宅が土砂災害に遭う危険性が高い	▶ 親戚・知人宅や指定緊急避難場所などの安全な場所へ避難
土砂災害	・安全な場所への移動が難しい	▶ 近くの頑丈な建物の2階以上などへ避難
	・屋外への避難が危険	▶ 屋内の崖と反対側のできるだけ高い階の部屋などへ避難

自分や家族の命を守るために

災害は突然起こるもので、決して他人事ではありません。発生した際の被害を最小限に食い止めるには、日頃の備えや被災時の適切な行動が大切です。この機会に改めて、一人一人が災害への対策に取り組むようお願いします。

冊子を活用して災害に備えよう



地震、風水害などが発生したときに起こり得る事態や取るべき行動を詳しく解説しています。
配布場所 区役所(1ページ)、市役所7階危機管理対策課

札幌市 防災ハンドブック 検索

\\ 全ての人が対象 \\

国勢調査

にご協力をお願いします

住宅や国籍、仕事の状況などの実態を調べる、5年に1度の「国勢調査」を実施します。
9月上旬から順次、調査書類を配布(投函)するので、回答をお願いします。

インターネットか郵送での
回答にご協力を

本年の調査は、新型コロナウイルス感染症の感染予防と拡大防止のため、市民の皆さんと国勢調査員が極力接触しない方法で行います。インターネットか郵送のいずれかの方法での回答にご協力をお願いします。

調査員が各世帯を訪問し、接触を避けるためにインターホン越しに説明後、調査書類を郵便受けに投函します。不在の場合やインターホンがない場合は、説明を省略します。

9/30(水)
まで

回答方法は2つ



調査員が調査書類を郵便受けに投函

※9/30(水)までに届かない場合や調査書類が不足している場合は、お住まいの区の国勢調査実施本部(左ページ)に連絡をお願いします

不審に思ったら
調査員は国勢調査員証を持っていますので、確認してください



詳しく知ろう！

国勢調査Q&A

Q 回答内容は何に使われるの？

A 国や地方公共団体の基礎資料として、少子高齢化や雇用への対策、防災計画の策定など、幅広い分野に役立てられます。

Q 住民票があるのになぜ調査が必要なの？

A 住民票には、氏名、生年月日、性別などの限られた情報しか記載されていないため、世帯の状況をより細かく把握するための調査が必要です。

Q 調査に答える義務はあるの？

A 回答は統計法で義務として定められています。正確なデータを得るため、ご協力をお願いします。

Q 個人情報保護されるの？

A 統計調査に従事する者には厳格な守秘義務があり、回答内容は厳重に保護されます。



国勢調査の制度などに関する一般的な問い合わせ

国勢調査コールセンター 8時～21時 ※設置期間は9/7(月)～10/31(土)

☎0570-07-2020(ナビダイヤル) ※IP電話の場合☎03-6636-9607

問い合わせ

国勢調査実施本部（区役所地域振興課）

中央区
☎205-3222

北区
☎757-2561

東区
☎741-2432

白石区
☎887-0841

厚別区
☎895-2447

豊平区
☎822-2440

清田区
☎802-6001

南区
☎582-4723

西区
☎641-6926

手稲区
☎688-7166

10/7(水)
締切

回答完了

封筒が届いたら、パソコンやスマートフォンなどで回答サイトにアクセス。封筒の中の「インターネット回答利用ガイド」に記載している「ログインID」と「アクセスキー」でログインし、画面の案内に従って回答してください。

国勢調査オンライン 検索

※右記コードからもアクセス
できます



サイト開設は
9/14(月)から



インターネット

調査票の回答項目に記入し、同封の返信用封筒で郵送してください。

※調査員による回収を希望する場合は、お住まいの区の国勢調査実施本部に連絡をお願いします



調査票(紙)

安全な暮らしをサポート!

知って 納得

しつとくさつぽる

毎日を安心して暮らすために、
心掛けておきたいことを
物知りギュー太が解説します。

第14話

お
夜間に起こりやすい
はんざい
犯罪に注意!

登場人物



ギュー太

南区で太古の化石が発見されたジュゴンの仲間「サッポロカイギュー」の子孫。世話好き



ヒロキ

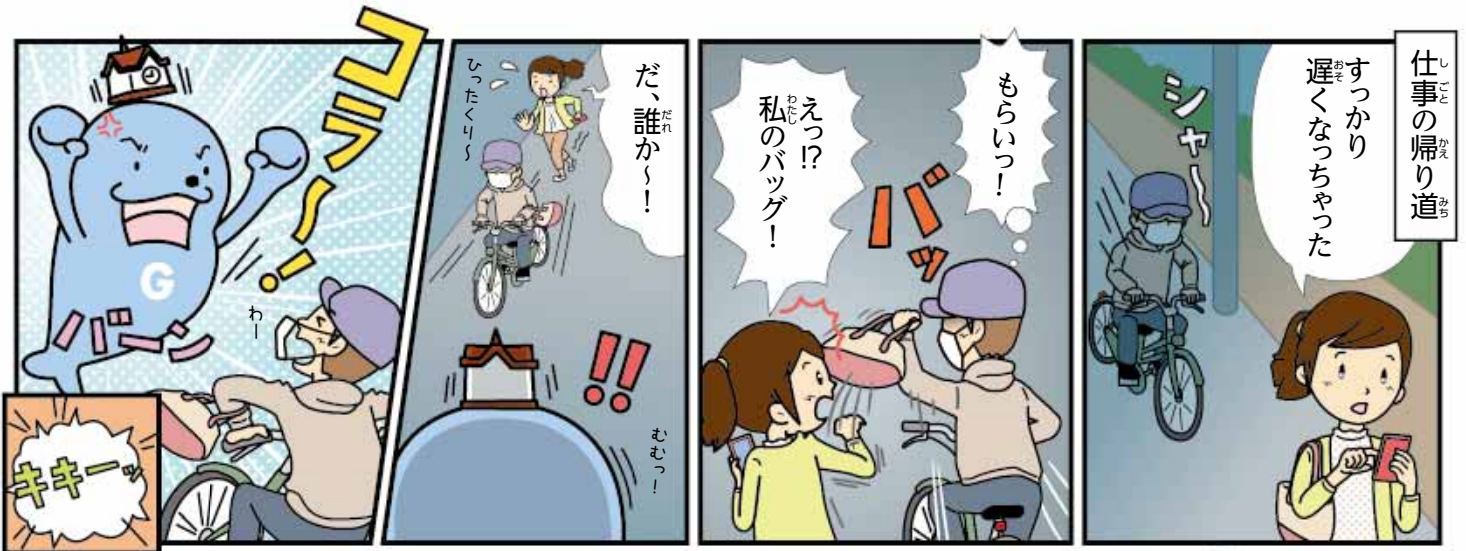
道外出身で寒さが苦手。少しドジだが、どこか憎めない



リコ

ヒロキの2歳年上の妻。ヒロキの失敗をいつも優しく見守る

このページに関する問い合わせは区政課 ☎211-2252



市内犯罪認知件数(抜粋)

(2019年)

強制わいせつ (屋内も含む)	70件
ひったくり	10件
路上強盗	5件

(北海道警察提供)



あなたを守る防犯ポイント

スマホの操作に気を取られてたかも…

できるだけあかるく、人や車の多い道を通る

犯人は人通りの少ない暗い道を狙っています。少し遠回りになる場合でも、広くて明るい道が安心です。



ながら歩きに注意

周囲への注意力が低下し、人が近づいていることに気づきづらくなります。歩きスマホはやめましょう。



イヤホンなどで周りの音が分からなくなることも！

バッグなどはたすきがけにする

ひったくりに奪われにくい持ち方をしましょう。壁や建物側にバッグを持つことも有効です。



まずは路上での対策を紹介するよ！



自宅に着いたとき

- ・鍵を開ける前に周囲を確認
- ・室内に入ったらずぐに鍵とU字ロックやチェーンロックをかける



家の前に着いても気を付けてほしいポイントがあるよ！



マンションでは

- ・玄関のオートロックを解除したとき、一緒に入ってくる不審者には要注意！
- ・エレベーターではボタンが押せる位置に立ち、不審者が乗ってきたら最寄りの階ですぐに降りる

ほかには防犯ブザーなどの防犯グッズを持ち歩くこと安心だよ

鳴らしたブザーを犯人に奪われそうになったら遠くに投げることです。隙ができて逃げるときかけになる場合もあるんだ



女性だけでなく高齢者や子どもが狙われることもあるから家族みんなで気を付けてね！



もしもし警察ですか？
むむっ！
他にも事件が！？



怪しげな着ぐるみがうろうろしてて…

えー！
よく着ぐるみじゃないよ！

何かあったらすぐに110番も大切ね！



困ったときはすぐにご相談を！

緊急のとき、被害に遭われたときは **110**

不安を感じる時、困ったときは
北海道警察本部
警察相談センター **#9110**

性犯罪被害に遭われたときは
北海道警察本部
性犯罪被害110番 **#8103**

犯罪発生情報をお届け ほくとくん防犯メール

身近な事件の発生や不審者の出没情報をお知らせするメール配信サービスです。各地域を所管する警察署を選ぶと、その地域の情報が届きます。

ほくとくん防犯メールの登録はインターネットから

ほくとくん防犯メール 検索



ツイッター
Twitterでも情報発信しています

北海道警察防犯情報発信室 検索



ひったくり事案の発生

■月■日午後■時■分ころ、札幌市■区■条■丁目付近路上で、女性が後方から来た青色自転車に乗った男に手提げバッグをひたたくられる事案が発生しました。男の特徴は、30歳くらい、灰色ジャンパー、黒色ズボンです。不審者を見かけたら、すぐに110番通報をしてください。

市では新たに「犯罪被害者等支援制度」を開始し、被害に遭われた方への支援を行っています。詳しくは本誌20ページをご覧ください。

市内で気軽に
野菜の収穫体験をしよう



74ヘクタールを超える敷地には、野菜の収穫を体験できる農園のほか、子どもが遊べる広場や四季折々の花が咲くガーデンが広がります。

「さ」ら「り」
施設
見聞録

第14回

さとらんど

市内には「見る」「調べる」「知る」「体験する」など、さまざまなことを学べる施設やスポットがあります。このページで見どころやおすすめの見方をチェックして出掛けてみませんか。



▲ウサギやウマなどを放牧しているエリアも。ヒツジやヤギには餌をあげられます(1回100円)

農業や自然を
身近に感じられます

さとらんどは都市と農業をつなぎ、さまざまな体験ができる施設です。農作物を実際に育てて収穫し、食べることを通じて、食や農業の楽しさ、大切さを伝えていきます。四輪の貸し出し自転車で広い園内を一周しながら、自然に触れるのもおすすめです。



さとらんどで働く
に だ だ ひるゆき
二 丹 田 博之さん

ココに
注目!



新鮮野菜を自分で収穫

子どもに人気の季節野菜の収穫体験。畑で育つ野菜を見たことがない方も楽しみながら食や農業を学べます。

9月に収穫できる野菜を紹介

収穫物	料金
ピーマン	100円/5個
ミニトマト	300円/1カップ
オクラ	100円/4本
サツマイモ	300円/1株
ラッカセイ	250円/1株

申込ホームページか電話で収穫可能な野菜や体験時間を確認の上、体験農園へ直接。先着
※天候や生育状況などによる中止あり



▲さとらんど交流館では、石狩管内で収穫された野菜を販売しています
営業時間10時~16時

広告

ココに注目!



大人気!手作り講座

農園で収穫した旬の食材を取り入れた料理講座や、バター・ソーセージの手作り体験ができます。

9・10月の手作り講座・体験

内容	日時	費用
①農家さんから教わる本格キムチ作り	10/8(木)、9(金)10時30分～11時30分	1,500円
②手ごねでバゲット作りとベジフルカッティング	10/13(火)10時～13時	1,300円
③塩漬けキュウリでかす漬け作り	10/23(金)10時30分～11時30分	1,500円
④バター作り体験	平日11時～11時30分、14時～14時30分 土・日曜、祝・休日11時～11時30分、 13時～13時30分、15時～15時30分	400円
⑤ソーセージ作り体験	第1・3・5土曜14時～15時	900円

会場 さとらんどセンター

定員 各回16人

申込 ①～③は9/28(月)から、④⑤は参加希望日の1カ月前からさとらんど☎787-0223へ電話か直接。先着

ココに注目!



園内で発掘された 丘珠縄文遺跡

さとらんどを造る前に遺跡の有無を確認する調査で発見された、縄文晩期から続縄文時代(2,500年～2,200年前ごろ)の遺跡です。園内には、縄文体験や歴史の学習ができる施設があります。

縄文の暮らしを体験

舞きり式の道具を使い、摩擦熱を利用した火おこしの体験ができます。
日時 11/3までの土・日曜、祝日9時～16時(15時30分受け付け終了)
定員 各30組(1組4人まで)
申込 当日体験学習館へ直接。先着
※雨天などによる中止あり



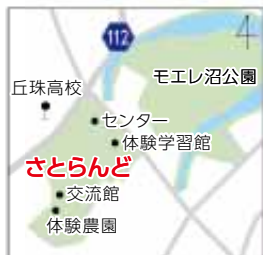
遺跡から歴史を学ぶ

さとらんどセンター2階にあるおかだま縄文展示室では、市内の遺跡から発掘された出土品を多数展示。縄文晩期から続縄文時代の土器や石器、植物の種子や動物・魚の骨片などを見られます。
開館時間 9時～17時



さとらんど

開園時間 9時～18時(10/1～4/28は17時まで)
休園日 11/4～4/28の月曜、年末年始(12/29～1/3)
所在地 東区丘珠町584
交通機関 地下鉄東豊線環状通東駅から中央バス【東61】【北61】乗車、「丘珠高校」下車ほか
駐車場 1,800台。無料
詳細 ☎787-0223



園内で行われる2つのイベントをご紹介します

さとの収穫市

農家の方による新鮮野菜の販売のほか、地産地消飲食コーナーでは、地元野菜を使った特別メニューが楽しめます。
日時 9/19(土)～22(祝)9時～16時
申込 当日さとらんどセンターかさとらんど交流館へ直接

遺跡公開デー

発掘調査中の遺跡と出土品の一部を公開します。
日時 9/19(土)、20(日)10時～11時30分、13時～14時30分
申込 当日体験学習館へ直接
詳細 埋蔵文化財センター☎512-5430

遺跡公開デー 検索

広告

アプリで子育て情報をタイムリーに発信 さっぽろ子育てきずなメール

妊娠期から就学前までの間、子育てに役立つ情報を発信する「きずなメール」を開始しました。「さっぽろ子育てアプリ」の利用者向けに、登録内容からその方に合った内容を配信しています。ぜひご利用ください。

問い合わせ 子育て支援課 ☎211-2988

札幌市 きずなメール 検索



さっぽろ子育てアプリとは？

子育て講座などのイベントを日付や対象年齢などから検索したり、子どもの成長を記録したりできるスマートフォンアプリです。健診や予防接種の時期を通知するようにも設定できます。



アプリの利用方法

公式アプリストアで「さっぽろ子育てアプリ」と検索するか、右記のコードを読み取ってインストール



子育て お役立ち ガイド

札幌での子育てに便利な制度や施設の情報をお届けします。

きずなメールの見方

子育てアプリのトップ画面「お知らせ」欄の「もっと見る」内に表示されます。



新着時はトップ画面にも表示されます

お届けする内容の一部を紹介

子育ての段階に合わせて情報を配信します。

- **妊娠期** 出産を迎える上で必要な知識や妊娠生活へのアドバイス、各種手続きの案内など
- **育児期** 育児中に気を付けてほしい子どもの事故防止策や産後の体調管理の方法、予防接種の案内など
- **就学応援** 小学校入学に向けての準備情報や心配事を解消するアイデアなど
- **お誕生日** 子どもの誕生日にお祝いと成長を振り返るメッセージなど

きずなメールの文例

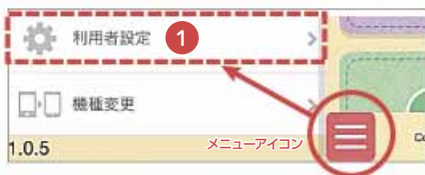
<赤ちゃんの様子>
おのおなかの中に赤ちゃんが宿って133日目(妊娠2週と0日)を受胎日として、そして、出産予定日まで133日目。妊娠生活の折り返し地点です。いまの赤ちゃんは、すでに見た目は新生児のようになります。

<今日のあなたへ>
免疫機能が低下している妊娠中は、食中毒や食あたりに気を付けましょう。そのためには、口にする食品に、原因となる病原体がついていない状態にすることが大事です。食品を洗うこと、しっかり加熱することを習慣にしましょう。生乳、生介、生牡蠣...と加熱していない食べものが好きな方も、妊娠中の今こそは控えましょう。

また、お台やまな板、さいばしなどおわ用品の消毒も大事です。こうした食中毒予防は、ご一軒や家族にも一層に心がけてもらいましょう。妊娠中の夜へのいたわりとして、おわまわりの衛生管理を引き受けてもらえたらうれしいですね。

きずなメールの設定方法

① トップ画面左下のメニューアイコンから「利用者設定」を開きます



② 「妊婦の情報設定」と「子どもの情報設定」を入力すると、きずなメールが配信されます

③ プッシュ通知設定の「プロフィールに合わせたお知らせ」をオンにすると新着時にお知らせします



「令和2年度 第1回サッポロスマイルトーク」を開催しました

今回は感染症対策の専門家や観光・スポーツに関わる方と、北海道スタイルについて意見交換。新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から、インターネットでの配信形式で開催しました。録画映像は、ホームページからご覧になれます。

サッポロスマイルトーク [検索](#)

サッポロスマイルトークとは？

市民の皆さんと市長が、市政に関することをテーマに意見交換。今後のまちづくりへのアイデアを見つけていく取り組みです。

なぜこのテーマで話し合ったの？

新型コロナウイルス感染症により大きく変わった暮らしや働き方。今後、感染症対策と日常生活をどう両立していくのか、各分野の事例を交えて話しました。



話し合われた内容の一部を紹介

「むやみやたらに怖がるのではなく、うまく付き合い、正しく恐れるということが大事だと思います」

(北海道医療大学 看護福祉学部 塚本教授)

「北海道スタイルに準拠した定山溪安心宣言で、温泉を安全に楽しんでもらえるよう努めています」

(定山溪観光協会 橋本マネジャー)

「体調の変化を常に選手自身がチェックするとともに、運営側もしっかりと健康管理を行っています」

(エスポラダ北海道 小野等ゼネラルマネジャー)

「気を付けながら市民生活を楽しんでいくというような、新しいスタイルを札幌から発信していければと思います」

(秋元市長)



あきもと 秋元市長

市民の皆さんと市長が対話した内容などを紹介します。

詳細 [市民の声を聞く課](#)
☎211-2042

今回のテーマは「筒型乾電池・ライターの出し方」

燃やせないごみの日に、指定ごみ袋とは別の透明または半透明の袋に入れて出す2品目を紹介。正しい分別をせずに捨てると、火災の原因になることもあるので注意が必要です。

筒型乾電池

電池同士の接触による発火を防ぐため、電極をセロハンテープなどで覆います



電池を
分別すると

鉄製品や肥料の原料として
リサイクルされます

ライター

中身を使い切ってから出します。使い切れない場合は清掃事務所や地区リサイクルセンターへ



筒型乾電池とライターはそれぞれ別の袋に入れて出してください

分別方法が異なる電池

コイン電池

燃やせないごみと一緒に指定ごみ袋へ

記載の型式CR、BR

ボタン電池

市では収集しません。販売店や協力店のボタン電池回収箱へ

記載の型式LR、SR、PR

小型充電式電池

本体から取り外し、販売店や協力店の充電式電池回収箱に。電子タバコなど取り外せない製品は、燃やせないごみと一緒に指定ごみ袋へ



このマークが目印



生活に欠かせないごみの分別や資源化の方法などを紹介します。

詳細 [循環型社会推進課](#)
☎211-2912

広告

新型コロナウイルス感染症を 予防するために

最新情報

▶市ホームページを随時更新

札幌市 新型コロナウイルス感染症について 検索

生活支援に関する総合的な情報冊子

▶「生活支援ガイド」をホームページに掲載しているほか、区役所(1ページ)、市役所1階市民の声を聞く課で配布

札幌市 生活支援ガイド 検索

続けよう、 新北海道スタイル

国が示した「新しい生活様式」を道内で実践するための、新しいライフスタイルやビジネススタイルである「新北海道スタイル」。引き続き、新型コロナウイルス感染症の感染予防と拡大防止を徹底しましょう。

基本的な感染対策

手洗い

30秒程度かけて、水とせっけんで丁寧に洗う



身体的距離の確保

できるだけ2m以上、最低1mは距離をとる

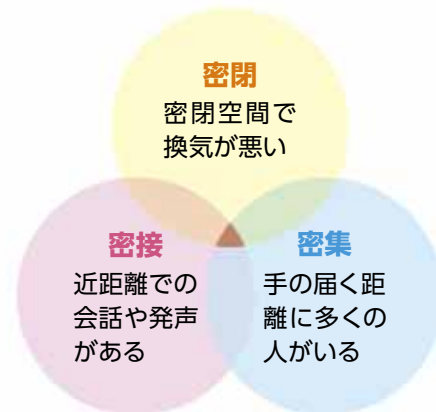
マスクの着用

人との距離が十分にとれない場合、症状がなくてもマスクを着ける

このほか、小まめな換気や毎朝の体温測定なども重要です。

避けるべき「3密」

1カ所でたくさんの感染者が発生する事例の多くは、3つの条件が重なる場所で発生しています。



感染のリスクを 考えた行動を

これまでの事例から、飛沫^{ひまつ}や接触による感染の危険や、集団での感染が起こりやすい条件が分かってきています。暮らしの中にどのような危険性があるかを考え、避けることが重要です。

その行動は本当に安全？

一見リスクが低いと思われる行動にも3密の環境や飛沫感染・接触感染の危険が隠れているもの。ドライブやキャンプ、バーベキュー、家での飲み会でも感染した事例があります。潜んでいる危険とその避け方を、それぞれの場面で考えることが大切です。

潜んでいる危険とその避け方

移動の車内は3密かも

- ・窓を開けて常に換気する
- ・窓を開けられないときは、エアコンを外気導入モードにする
- ・車内でもマスクを着用する など

食卓に飛沫は飛んでいませんか

- ・対面ではなく、横並びで座る
- ・大皿は避け、個々に盛り付ける
- ・取り分ける箸は別に用意する
- ・食事の前後にテーブルを消毒する など



お酒を飲むと気が緩むことも

- ・気付かないうちに大声になり、飛沫を飛ばさないよう注意する
- ・お酌、グラスやおちょこの回し飲みは避ける など