



東区内の施設の写真を掲載しています。
 どこの施設か分かりますか？(答えは東区民のページ6ページ)
 【ヒント】水泳教室のほかヨガなどの水に入らない教室も開講する施設。



= 特集 =
 モエレ沼公園を
 楽しもう
 昨年度、過去最多の98万人が来園
 したモエレ沼公園。今月は公園が
 魅せる絶景を紹介します。



東区関連施設

東区役所(北11東7) ☎741-2400
 東区土木センター(北33東18) ☎781-3521

東保健センター(北10東7) ☎711-3211
 北部市税事務所(北4西5 アステイ45 9階) ☎207-3912
 東清掃事務所(丘珠町873-1) ☎781-6653
 東消防署(北24東17) ☎781-2100

まちづくりセンター
 鉄東(北9東5) ☎721-3105 元町(北20東20) ☎781-5375
 北光(北18東5) ☎721-1271 伏古本町(伏古3-3) ☎784-5534
 北栄(北25東7) ☎721-6336 丘珠(丘珠町183-2) ☎781-4283
 栄西(北39東4) ☎752-9536 札苗(東苗穂7-2) ☎783-3608
 栄東(北41東14) ☎711-2203 苗穂東(苗穂町3) ☎742-4427

編集 東区役所総務企画課広聴係
 ☎741-2414 FAX 742-4762
 Eメール hi.somu@city.sapporo.jp

モエレ沼公園の職員がおすすめする 絶景スポットを紹介

世界的に著名な彫刻家イサム・ノグチが基本設計を手掛け、「全体を一つの彫刻作品とする」というコンセプトの下、造成されたモエレ沼公園。

今日は、園内を知り尽くした公園職員からお聞きした、おすすめの絶景スポットの一部を紹介します！

テトラマウンド

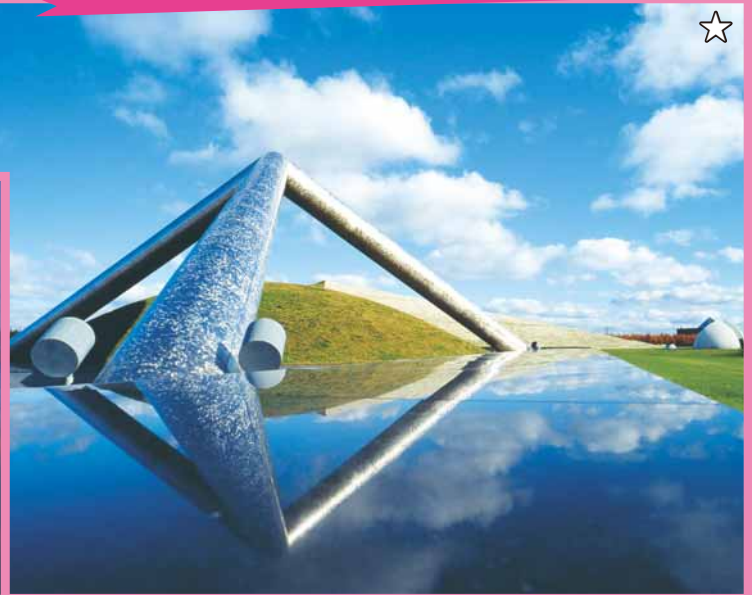
直径2メートルのステンレス柱の表面は**特殊な磨き方**をしており、**光線の変化によって輝きが多彩**となります。

土台は御影石^{みかげいし}で出来ており、反射で映し出す「逆さテトラマウンド」も必見です。



自然にそびえ立つ 三角すい

MAP
A



ウエディングフォトの 撮影スポットとしても人気

MAP
B

白樺の森

新緑や黄葉がとても美しく、季節を感じることができます。

冬は一面が真っ白となり、白樺と調和してとても魅力的であることから冬に撮影に来られる方も多いためです。



運が良いと私たち野生動物と出合えるかもしれません！
もし見つけても餌を与えないでね。



最大25メートルまで噴き上がる ダイナミックな「水の彫刻」

MAP
C

海の噴水

公園中心部にある直径48メートルの大きな噴水です。さまざまなプログラムが用意され、夜になると右の写真のようなライトアップもあります。

タイムスケジュール 6～8月

平日	10:30 ~45	13:15 ~55	16:00 ~15	
土日祝	10:30 ~45	13:15 ~55	16:00 ~15	19:15 ~55

7/18(火)～8/18(金)は土日祝の時間となります。
※強風など悪天候の場合は中止になることもあります。



☆印が表示されている写真は、モエレ沼公園管理事務所から提供していただいております。

東区民のページ1ページの
撮影スポット

- 星 空：①
- 園内の風景：②
- 夜 景：③



あなたも絶景スポット、探してみませんか？

モエレ沼公園

住所：東区モエレ沼公園 1-1
連絡先：モエレ沼公園管理事務所
☎790-1231
開園時間：7時～22時
(入園は21時まで)
入園料：無料
駐車料金：無料



ホームページ

お知らせ

札幌国際芸術祭 (SIAF) 2024

期間：2024年1月20日(土)～2月25日(日)

2024年1月に開幕するSIAF2024では、モエレ沼公園も会場となっています。テクノロジーやダンス、音楽など、さまざまな要素を取り込んだ新感覚のスポーツを参加者の皆さまと一緒に考えていくプログラムを実施しますので、ぜひ会場にお越しください。プログラムの詳細は秋ごろに発表します。



ホームページ



ひがしくからの

お知らせ

東区の人口

令和5年6月1日現在（国勢調査ベース）

人口264,115人(前月比-41)世帯数133,378世帯(前月比+49)

テレビとLINE公式アカウント

でお知らせ配信中！

イベントなどのお知らせは、地上デジタルのデータ放送（UHB）8チャンネルと札幌市LINE公式アカウント（@sapp_ro）で配信しています。



7月11日からの内容を掲載しています

●東区民ホームページ

ようこそひがしく

検索

www.city.sapporo.jp/higashi/

●東区広報番組 さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)

「東区情報ひろば タッピー通信」毎週水曜日 10時30分～40分

「タッピー通信 い～すトリー」毎月第4土曜日 13時15分～29分

市税は納期限までに納付を

市税は納期限までに納付が必要です。ご事情（病気・災害など）により、納期限までに納付できない方はご相談ください。毎週末曜日（祝日を除く）は20時まで夜間納税相談を行っていますので、ご利用ください。

相談先・詳細 北部市税事務所納税課納税係 ☎207-3913
（中央区北4条西5丁目アスティ45 9階）

<国保・介護・後期>保険料の夜間相談日

国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料の夜間相談を行います。平日の日中（8時45分～17時15分）に区役所へお越しになれない際はご利用ください。
※納付相談以外の手続きは受け付けできませんので、あらかじめご了承ください。

日時 7/20(木)、7/28(金) 20時まで（受付は19時30分まで）

相談先・詳細 保険年金課収納係（1階9番窓口）

☎741-2536

胃がん・肺がん・大腸がん検診

日時 7/24(月)、8/7(月)（受付9時～10時）

会場 東保健センター（北10条東7丁目）

対象 東区にお住まいで、①胃がんは満50歳以上の原則偶数歳の方、②肺がん③大腸がんは満40歳以上の方

定員 各40人（先着）

費用 ①1,100円 ②無料（喀痰細胞診は400円）
③400円 ①～③すべて減免制度あり

申込 実施日の5日前までに電話または直接窓口で申し込み

その他 胃がん検診と肺がん検診は検診車（大型バス）にてエックス線撮影、大腸がん検診は、採便セットを用いた便潜血検査です。
※胃がん検診はバリウム検査です。内視鏡検査を希望される方は（公財）北海道対がん協会または実施医療機関でご予約の上、受診してください。

申込先・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211

親子同室子育て講座

おやつ de おいしく栄養補給！

日時 7/27(木) 10時～10時45分

会場 ちあふる・ひがし（北9条東7丁目）

対象 1歳～就学前のお子さんとその保護者

定員 10組（先着） **費用** 無料

申込 7/13(木)9時から電話で申し込み

講師 ちあふる・ひがし 栄養士

申込先・詳細 健康・子ども課
子育て支援担当係 ☎712-6331

障がいのある方へ～在宅相談員をご紹介します

札幌市長から委託された下記の相談員が、在宅で心身に障がいのある方の相談をお受けしています。

区分	氏名（敬称略）	電話番号等	区分	氏名（敬称略）	電話番号等
肢体	はんた としあき 半田 敏昭	704-2717	聴覚	かとう ひろのぶ 加藤 廣信	FAX 784-6850
	しみず あきひろ 清水 明廣	090-3897-5353		かとう しずえ 加藤 静枝	FAX 752-0414
難病	おおさき えいこ 大崎 栄子	753-0165	知的	たけうち さとみ 竹内 聖美	080-4581-7645
視覚	いしぐる ひろかず 石黒 宏和	374-8584		ふかみや しのぶ 深宮 しのぶ	080-4581-7644
視覚聴覚	おきむら けいこ 沖村 圭子	FAX 787-9905	詳細 保健福祉課福祉支援一係・二係 ☎741-2463		

北光まちづくりセンター、北光児童会館の一時移転、北光会館の休館について

北光まちづくりセンター

リニューアル工事に伴い、7/31(月)から仮庁舎へ一時移転します。

☎721-1271（電話番号は変更ありません）



北光会館 7/16(日)から休館します（R6/4/1から開館予定）。

詳細 地域振興課まちづくり推進係 ☎741-2429

北光児童会館

8/1(火)から美香保小学校内へ一時移転します。

☎080-6067-9454



詳細 子ども未来局子ども育成部放課後児童担当課
放課後児童係 ☎211-2989



熱中症に気を付けましょう。熱中症の予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

ラベンダーウオーキング

東区内の景色や季節の移ろいを楽しみながら、一緒に歩いてみませんか。

- 日時** 7/26(水) 10時集合(終了・解散は11時30分頃を予定)
- 集合場所** サッポロさとらんど さとらんどセンター1階視聴覚室(丘珠町584-2)
- 対象** 東区内にお住まいの方(事前の申し込みが必要)
- 定員** 25人(定員に達した時点で受付終了)
- 費用** 無料
- コース** さとらんどセンター前ハルニレ広場を出発して、ラベンダーの丘を散策しながら、さとらんど園内を1周する約4キロメートルのコース
- 申込** 7/11(火)~7/21(金)に電話で申し込み
※行事名、氏名等をお伝えください。
- その他** 終了後、参加賞として記念品をお渡します。
雨天の場合は、さとらんどセンター1階の視聴覚室でウオーキング講座を開催いたします。



イベントの詳細はこちらから⇒ [東区ウオーキング体験会](#)

申込先・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211 (受付8時45分~17時15分)

東区役所3階食堂からのお知らせ

区役所食堂では、7/26(水)に、天使大学の学生が考案したメニューを提供します。

メニューは

**「スタミナ満点！
ジャージャー麺」**

ピリ辛だれが食欲をそそります。
このほかに小鉢が付きます。

【640円(税込) ※限定25食】



女子サッカートレーニングマッチ観戦にご招待

ノルディア北海道 vs 札幌大谷高校女子サッカー部の練習試合観戦にご招待します！観戦後は選手と一緒に簡単な運動プログラム&交流会(ランチ付き)に参加できます。

日時 8/6(日) 9時~13時30分

会場 モエレ沼公園 陸上競技場サッカーフィールド

定員 30名(抽選) **費用** 無料

申込 7/19(水)までに右記QRまたは直接窓口で申し込み

申込先・詳細

地域振興課まちづくり調整担当係

東区役所3階 ☎741-2429



区内各施設からのご案内

東区民センター 北11条東7丁目1-1

☎742-5500

こども囲碁教室

講座をきっかけに囲碁を学んでみませんか。

日時 8/7(月)、8/8(火)、8/9(水) (全3回) 14時~16時

対象 小学生、中学生

定員 16人(初心者コース・経験者コース各8人)(先着)

費用 1,000円(講座初日に会場で支払い)

申込 7/18(火)から電話または直接窓口で申し込み
(受付10時~16時)

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15

☎785-6323

ベビーマッサージ

ベビーマッサージタッチケアインストラクターから、マッサージの方法を教えてください。

日時 8/3(木)、8/17(木)、8/31(木)、9/14(木) (全4回)

10時~11時30分

対象 2カ月以上の赤ちゃんとお母さん

定員 5組(先着) **費用** 3,600円(受講料、教材費)

申込 7/20(木)から電話または直接窓口で申し込み
(受付9時~17時)

栄地区センター 北36条東8丁目1-25

☎704-6005

心を育む朗読会 お話の扉

朗読を聴いて心を豊かにしませんか。

日時 7/22(土) 11時~12時

対象 小学生以上

費用 無料 **申込** 不要

朗読内容(予定)

- 『行きつ戻りつ』より「青年のお礼」 乃南 アサ 作
- 『千代に八千代に』 重松 清 作



苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10

☎784-7833

大豆(代替肉)を使いこなそう！講座

ヘルシーな大豆(代替肉)を使って、おいしく体に優しい「大豆で肉そぼろ」と「まさかのから揚げ」を作って試食します(大豆アレルギーの方は受講できません)。

日時 7/31(月) 10時~13時

定員 9人(先着) **費用** 2,500円

申込 7/14(金)から電話で申し込み(受付9時~17時)

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、上履き

広告



東区内ではサッポロさとらんど以外、公園・緑地内でのバーベキューなどに伴う火気の使用ができません。

ふむふむひがしく



東区の地名の由来、ご存じですか。今月は、「中沼」、「モエレ沼」、「丘珠」の由来をご紹介します。※由来は諸説あります。

中沼 Nakanuma

由来は2つの地名の融合

現在の中沼小学校の北西にあった地域の字名「中野」の「中」と、モエレ沼の東側にあった地域の字名「沼の端」の「沼」を取って、「中沼」という地名ができました。

「中沼 VS. 沼中」論争も!?

小学校名と地名を協議していた1949年、沼の端の住民からは「沼中」にすべきだという意見もありましたが、「モエレ沼が石狩平野の真ん中にあるからと解釈すればよい」という提案に住民も了承し、「中沼」に決まりました。

同年3月に、中野小学校は中沼小学校と改称しました!



モエレ沼 Moerenuma

由来はアイヌ語「流れの遅い川」
アイヌ語の「モイレ・ペツ」が由来といわれています。「モイレ・ペツ」は「流れの遅い川」という意味です。

モエレ沼は卵型だった!!

モエレ沼は、明治以前は卵型の大沼であったという記録があります。明治時代に始まった排水溝の整備などによって、大正時代に現在のような馬蹄形となりました。

「モエレ沼」の呼び名が定着したのは古い文献や地図によると大正時代に入ってからと考えられます。一部の古い文献や地図には「藻入沼」という漢字表記も!

丘珠 Okadama

由来はアイヌ語説が有力

アイヌ語の「オッカイ・タム・チャラパ（男が刀を落としたところ）」が語源で、「オッカイ・タム」に「丘珠」の漢字を当てたという説が有力です。

「おかたま」→「おかだま」に??

地域の住民は、「丘珠」を「おかたま」と呼んでいたという記録があります。第二次世界大戦の終戦後に米軍が進駐し地図や標識などが作られた際に、「OKADAMA」と表示されたことから、「丘珠（おかだま）」と呼ぶようになったのではないかとされています。

戦前の公文書にも「丘珠」には「オカタマ」のルビが振ってありました。



A

東区民のページ1ページのひがしく横断名称クイズの答えは「東温水プール」

広告