

TOYOHIRA

11
2023



出典：北海道開発庁五十年史

とよひらの豆知識

弾丸道路（札幌・千歳間道路）

弾丸道路と呼ばれる国道36号の札幌～千歳間は、延長34.5キロメートルを、昭和27（1952）年の着工からわずか1年余りで完成させました。この道路で導入された技術、特にアスファルト舗装は、これまでのコンクリート舗装一辺倒を転換させる画期的なものでした。この歴史的価値が認められ、令和3（2021）年には、土木学会の選奨土木遺産^{*}に認定されました。



おもいでひろく、豊平区。

弾丸道路

～昭和28（1953）年11月～



▲土木遺産認定の銘板（豊平4条8丁目）

※選奨土木遺産とは土木学会が、土木遺産の顕彰を通じて、歴史的土木構造物の保存に資することを目的として、平成12（2000）年に認定制度を設立しました。推薦および一般公募により、年間20件程度を選出しています。

ホームページ

「夢ひろく 花ひろく とよひろく」
www.city.sapporo.jp/toyohira/



豊平区ラジオ広報番組

「豊平インフォメーション」
FM アップル 76.5MHz 毎週木曜日 15時～

豊平区役所・豊平区関連施設

豊平区の人口・世帯数 ※10月1日現在（前月比） 国勢調査の確定値に人口：227,163人(-112) 世帯数：123,217世帯(-14) 基づく推計人口

豊平区役所 ☎822-2400(代表)
豊平保健センター

〒062-8612 豊平区平岸6条10丁目1-1
開庁時間：8時45分～17時15分（土・日曜、祝・休日、年末年始を除く）

まちづくりセンター

豊平〔豊平6-7〕	☎811-9435
美園〔美園6-5〕	☎811-4119
月寒〔月寒中央通7〕	☎852-9288
平岸〔平岸2-7〕	☎811-9545
中の島〔中の島1-4〕	☎821-5841
西岡〔西岡4-5〕	☎854-0357
福住〔福住1-4〕	☎855-6615
東月寒〔月寒東3-17〕	☎853-9191
南平岸〔平岸2-14〕	☎814-1440

豊平区土木センター〔西岡3-1〕

豊平・南清掃事務所〔南区真駒内602〕	☎583-8613
南部市税事務所〔平岸5-8〕	
市税証明	☎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

豊平区保育・子育て支援センター（ちあふる・とよひら）〔月寒東1-4〕 ☎851-3945

マイナンバーカード をお持ちの方へ!!

令和5年11月1日(水)より住民票・印鑑証明・所得証明・戸籍証明書のコンビニ交付手数料が100円お得になります。詳しくは下記二次元コードからご確認ください。



近所のコンビニで取得ができて便利だね♪



住民票 所得証明書
など など

問い合わせ先が
分からないときは・・・

札幌市コールセンター

☎222-4894（8時～21時・年中無休）
FAX221-4894 ☒info4894@city.sapporo.jp

※市外局番はすべて011



attraction

札幌ドームの見どころ

迫力満点の設備や貴重な品の数々など、札幌ドームでしか見ることができないものがたくさんあります。

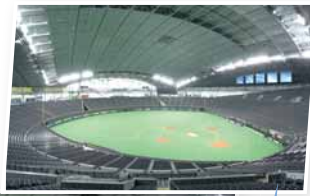
ホヴァリングサッカーステージ

サッカーグラウンドを空気圧で浮かせて移動させる方法を世界で初めて採用！場面転換を行うことで、さまざまな種類のスポーツイベントやコンサート、展示会など幅広い用途での使用が可能となっています。

11月29日(水)に、サッカー→コンサートモードへ場面転換作業を予定！



HPから場面転換の動画を見ることができます！



約10時間半かけてモードチェンジ！※

※野球⇒サッカーの場合

ココに注目！

ステージの重量はなんと約8,300t。空気圧で浮かせたステージを、34個の車輪を使って分速4m、約2時間かけて慎重に移動します。



メモリアルコーナー

サッカー、野球、ラグビーなどのスポーツをはじめ、コンサートなど、2001年の開業から開催されたイベントの記念品が飾られており、札幌ドームの歴史を見ることができます。



札幌ドームで行われたラグビーの記念品も展示しています

ココに注目！

札幌ドームを沸かせた有名選手やアーティストの直筆サイン入りグッズや、手形などが飾られています。



電子ピアノ



札幌ドームでコンサート気分が味わえます。

キッズパーク



授乳室付きのベビーコーナーも完備！大型複合遊具で冬も元気に遊べます。

遊びも充実！

全天候型のドームだから

札幌ドームで

できちゃいます

レジャーも、

健康づくりも、

も、

大規模イベントやさまざまなスポーツ大会の会場となる札幌ドーム。実は、イベント以外にも普段から利用できる運動施設や見どころがたくさんそろっています。今月は「普段使いの札幌ドーム」についてご紹介します。

【詳細】

札幌ドーム
豊平区羊ヶ丘1 ☎850-1000
(受付時間 9:00~17:30)

【敷地開門時間】

11月~3月 7:00~22:00
4月~10月 7:00~23:00

イベントの開催状況などにより、駐車場や各施設の営業状況が変更になる場合があります。詳細はホームページをご確認ください。



Work out

札幌ドームで体を動かす

寒い冬は、暖かい室内で体を動かしませんか？札幌ドームで一般開放されている運動施設を上手に活用しましょう。

トレーニングルーム

利用時間の制限が無いので、自分のペースでトレーニングができます。高校生から高齢者まで健康・体力づくりに利用できます。



営業時間

9：30～21：00（受付は20：00まで）

利用料金	大人	高校生 65歳以上
1回	500円	300円
回数券（11回分）	5,000円	3,000円

※中学生以下は利用不可。

ナイトラン（12月より）

1周716mのコースは、市内の屋内ランニングコースで最長！冬でも快適にランニングができます。



営業時間

18：00～21：00

（受付は17：45～20：00まで）

利用料金	大人	高校生 65歳以上
1回券	350円	250円

※中学生以下は利用不可。

ブルペン

投球練習やバッティング練習の他、サッカーやダンスの練習などでも使用することができます。照明や空調が完備されているので季節を問わず快適に運動ができます。



営業時間（予約制）

17：00～22：00

※12月から営業時間が変更になります

【12月1日利用から】

平日：13：00～22：00

土日祝：10：00～22：00

利用料金（1時間）

4,500円

利用人数

50名まで

※ボールの貸し出しは行っていません。

【ブルペン利用の申込について】
札幌市公共施設予約情報システムからお申し込みください。



今年も

豊平区がイベントやります！



11月25日(土) 10：00～16：00

入場無料！

デフ卓球世界チャンピオンの

木村亜美選手も参加決定！



他にも楽しい企画が盛りだくさん！
キッズスペースもあるよ！
詳細はHPをチェック！

- ・札幌ドームの駐車場が利用できます（普通車 500円、大型車 1,000円）。※支払いは現金のみ。※羊ヶ丘通からご入場ください。
- ・イベントの様子を撮影した写真を広報目的などで使用場合がありますので、あらかじめご了承の上ご参加ください。
- ・人工芝保護のため、運動靴でお越しください（ハイヒールなどでは入場できません）。



【詳細】 区役所地域振興課 ☎822-2427 札幌ドーム ☎850-1000（9時～17時30分、休館日を除く）



とよひらジュニア バスケットボール教室

レバンガ北海道のアカデミーコーチによる教室です。参加者は公式戦に親子で招待します。

☐ 12月9日(土)。9時30分～11時30分。
受付開始9時。

所 区体育館(月寒東2条20丁目)。

対 ①区内在住の小学1～3年生
(経験問わず)。②区内在住の
小学4～6年生(経験あり)。

定 各30人。抽選 無料。

申 11月24日(金)まで。

9時～17時。HP・📍。

HP [www.city.sapporo.jp/
toyohira/machi/furemachi/
sports/prosports.html](http://www.city.sapporo.jp/toyohira/machi/furemachi/sports/prosports.html)



申込先・詳細 区役所地域振興課

☎822-2427

子育て講座 プレパパ・ママ集まれ～！

赤ちゃんとの生活や子育て支援情報について保育士がお知らせします。



☐ 12月2日(土)。9時15分～10時。

所 区保育・子育て支援センター
(ちあふる・とよひら)(月寒東1条4丁目)。

対 妊娠中の方とその家族。

定 10組。先着 無料。

申 11月17日(金)～12月1日(金)。

9時～17時。📍。

申込先・詳細 保健センター健康・子ども課

☎822-2474

絵本読み聞かせ

☐ 11月25日(土)。10時30分～11時30分。

所 月寒公民館大研修室(1階)
(月寒中央通7丁目)。

対 幼児～小学3年生とその保護者。

料 無料。

問 月寒公民館 ☎851-0482

募集

レバンガ北海道公式戦に ご招待！区民応援デー

プロバスケットボールチーム「レバンガ北海道」が「とよひらまちづくりパートナー」に登録されたことを記念し、豊平



©LEVANGA HOKKAIDO

区民限定で公式戦(対富山グラウジーズ戦)にご招待！

☐ ①12月30日(土)。14時05分開始。

②12月31日(日)。13時05分開始。

所 道立総合体育センター(北海きたえーる)(豊平5条11丁目)。

対 区内在住の方。

定 各200人。抽選 無料。

申 11月15日(木)～11月30日(休)。

申込先

二次元コードからレバンガ北海道公式LINEを友だち登録。完了後、応募専用フォームからお申し込みください(1回の応募で4名まで申し込み可能)。

レバンガ北海道▶
公式LINE



問 レバンガ北海道 ☎555-9090

くらし

市税の夜間納付相談

☐ 毎週木曜日 20時まで。

所 問 南部市税事務所納税課(2階)

☎824-3913

国民健康保険料の 休日納付相談

☐ 11月26日(日)。9時～14時30分。

所 問 区役所保険年金課(1階)

☎822-2510

イベント

吹奏楽ミニコンサート

区内で活動する吹奏楽団「ウインドアンサンブル ラミューズ」によるコンサートです。

☐ 11月26日(日)。14時～15時30分。
開場は13時30分。

所 区民センター大ホール(2階)
(平岸6条10丁目)。

定 200人程度。直接会場 無料。

※土足厳禁のため、お子さまは上靴をお持ちください。

問 区民センター ☎812-7181

豊平区ラジオ広報番組

76.5MHz FM Radio Station **APPLE**

「豊平インフォメーション」

毎週木曜日 15時～15時30分
FMアップル76.5MHz
区内のイベント情報などを放送しています。

- ①行事名 ②住所(郵便番号) ③氏名(ふりがな)・年齢
 ④連絡先(電話番号・ファクス番号・メールアドレスなど)
 ⑤学校名・学年(児童・生徒のみ) ⑥返信先(往復が
 きの場合)

申込時の
 必要事項

- 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 用=費用 申=申込
 問=問い合わせ先 ☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール
 HP=ホームページ 電認=詳細の確認が必要 先着=先着順
 抽選=申込多数の場合は抽選 直接会場=当日、直接会場へ

お知らせ
 の見方



最近の話題をお届け

息の合ったハーモニー



10月7日(土)に市民ホールで「第31回とよひらフラワーコンサート」が開催されました。訪れた観客は子どもたちの素晴らしい演奏に魅了されていました。

背骨コンディショニング 体験会

背骨のゆがみを整えて体の不調を改善する運動プログラムです。

日 12月6日(水)～20日(水)
 13時30分～15時。全3回。

所 西岡福住地区センター
 (西岡4条9丁目)。

対 15歳以上の方
 (中学・高校生を除く)。

定 16人。先着

用 2,500円。

申 11月21日(火)～28日(火)
 9時～20時。☎・直接窓口。

申込先・詳細 西岡福住地区センター
 ☎852-4687

掲載した内容やイベントなどは、中止・変更となる場合があります。最新情報はホームページなどでご確認ください。

東月寒地区センター 卓球大会

団体ダブルス戦を行います。



日 12月3日(日)。9時15分～14時。
 9時出場受付開始(時間厳守)。

所 東月寒地区センター多目的ホール
 (月寒東3条18丁目)。

対 市内在住の方。

定 50人。先着 用 300円。

申 11月23日(木・祝)～26日(日)
 9時～20時。直接窓口。

1人で3人分まで申込可。

申込先・詳細 東月寒地区センター
 ☎853-2011

豊平区相談窓口のご案内

区役所では、専門の相談員が無料で各種相談に対応しています。ぜひお気軽にご利用ください(土・日曜、祝・休日および年末年始を除きます)。☎ 区役所総務企画課 ☎822-2407

相談内容	実施日	時間	相談員	備考
職業相談	毎週 月～金曜日	8時45分～17時 (求人検索・ハローワークの職業 相談・紹介は9時30分から)	職業相談員	あいワーク豊平 ☎822-2560
司法書士相談 (予約制)	第1・3 月曜日	13時～16時	司法書士	面談相談のみ(先着6人)。 相談日の朝9時から電話予約 受付開始(☎822-2407)。
家庭生活相談	毎週 火・水曜日	10時～12時 13時～16時	家庭生活カウンセラー	電話相談のみ。
行政相談	第2・4 木曜日	13時～16時	行政相談委員	北海道管区行政評価局による 相談窓口。
法律相談 (予約制)	第2・4 金曜日	13時15分～16時35分	弁護士	面談相談のみ(先着7人)。 相談日の朝9時から電話予約 受付開始(☎822-2407)。

※相談時間は、法律相談は1人20分、その他の相談は1人おおむね30分です。

広告

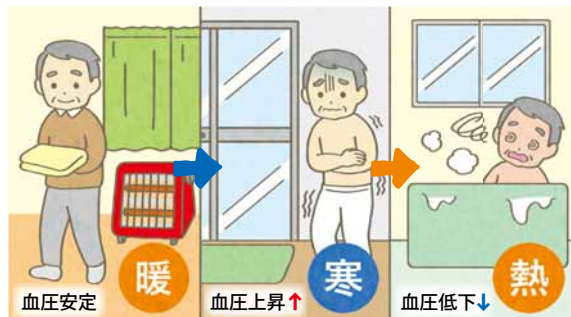
気を付けよう！

冬の健康管理

これからの寒い時期、部屋の寒暖差などが原因で、家の中で思わぬ健康被害が起きることをご存じですか？ 今月は、冬に気を付けたいヒートショックと脱水症状についてお知らせします。

ヒートショックにご用心！

ヒートショックとは、急激な温度の変化により、血圧が上下に大きく変動することなどが原因で起きる、意識障害などの健康被害の総称です。冬は、部屋は暖かくしますが、脱衣所や浴室が冷えていることが多く、そこから熱いお湯に入ることによって、ヒートショックが起きやすくなり、入浴中の事故につながる場合があります。特に高齢の方や、血圧が不安定な方は注意が必要です。



Point 入浴中の事故を防ぐには？

入浴前に同居者へ一声かける



入浴前に脱衣所と浴室を暖かくしておく



湯船に漬かる前に、シャワーやかけ湯で体を温める



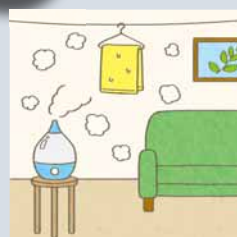
お湯の温度は41℃以下とし、漬かる時間は10分以内にする



脱水症状に要注意！

脱水症状は、夏だけだと思っていないですか？ 冬は室内で暖房を使用するため、空気が乾燥しています。また、汗をかく機会が少なく、喉の渇きを感じづらいため、水分補給がおろそかになりがちです。冬でも小まめに水分を取り、健康管理に努めましょう。

Point 脱水症状を防ぐには？



加湿器や濡れタオルで部屋の湿度を保つ



起床時・入浴後に水分補給する