

このっぽろ通信

平成28年(2016年)1月10日発行

厚別東地区各種団体交流会・まちづくり会議の活動



平成27年11月13日(金)、小野幌会館で、平成27年度第2回各種団体交流会・まちづくり会議が開催されました。

福祉講演会では、もみじ台通り町内会のエリアにある(社福)楡の会の加藤総合施設長から「楡の会の障害児・障害者支援事業について」と題し、開設時の反対運動と町内会の理解、障がい重い人から学んだ事、障害者や高齢者がその人らしく暮らし続けるための地域づくり、などお話しいただきました。



第3回各種団体交流会・まちづくり会議開催のお知らせ

平成28年3月9日(水)18:00~小野幌会館において28年度の重点テーマや実施事業の取り組み結果などについて報告・審議が予定されています。

DIG研修が行われました

平成27年10月30日(金)に、厚別消防署もみじ台出張所の協力をいただき、厚別中学校において、生徒、父兄、町内会の方が参加してDIG研修が行われました。

地震が起きた場合を想定し、参加者全員で大きな地図に自宅や危険箇所などを書き込みしながら、「どう対応するか」「どう救助するか」を考え、発表していきました。



陶芸体験学習会を開催致しました



平成27年11月12日(木)と17日(火)に、合わせて52名が参加して、江別市のセラミックアートセンターで、陶器づくりを行いました。

できあがった作品は、2月15日(月)から2月19日(金)まで小野幌会館に展示して、皆さんからの投票と専門家による審査を行います。表彰は3月9日(水)第3回各種団体交流会・まちづくり会議で発表いたします。



今年も元気だね！ ～演芸大会・料理教室～



厚別東地区演芸大会のご案内

日時：平成28年2月7日（日）10：00～15：30
場所：小野幌会館 大ホール（厚別東4条4丁目9-3）

厚別東地区にお住まいの方は芸能の才能に恵まれているようです。出演者は締切りましたが、ご家族そろって、応援をよろしく願います。



福祉のまち推進センター主催 ふれあい料理教室を実施しました

平成27年11月26日（木）に、小野幌会館において、厚別区食生活改善推進員協議会厚別東地区の協力をいただき、地域の皆さん22名の方が参加しました。

最初に、厚別区の佐々木管理栄養士さんのお話しと、川上保健師さんの健康チェックを行いました。

本日のお料理は卵焼き、サンマ蒲焼、チーズとハムのはさみ揚げを具にした「おにぎらず」と具たくさん味噌汁、デザートは柿の柚子風味ようかんでした。バランスよく栄養のとれるとてもおいしい食事会で皆さん満足でした。



介護予防講座 バランスのよい食事では老化予防、肉も食べましょう！

高齢者にとって健康な食事と聞いてイメージするのは、肉と脂の少ない食事ではないでしょうか。しかし、高齢者ほど、肉や卵などの動物性タンパク質や脂質も十分に食べ、バランスのよい食事をこころがけるべきです。1日3食きちんと食べていても、実は偏った栄養の取り方だった、ということもあります。

たんぱく質が足りないと高齢者は、筋肉量が減る「サルコペニア」という状態になりやすく、動くのが面倒で社会活動が少なくなったり、転倒するリスクも高まると言われています。

持病がある時は、もちろんお医者さんの意見をもらいながらですが、定期的に体重を計り、体重が減少した、以前5分で歩けたところに10分かかる、などがあれば、これまでの食事を見直してみてもいいかもしれません。ふれあい料理教室を利用して、食事の知識を学びながら、大勢で楽しく食べるのも食事がすすみます。おすすめです。

平成28年3月17日（木）、厚別東地区福祉のまち推進センターでは、「わくわく料理教室」を開催する予定です。
大勢で食事と会話を楽しみませんか？ぜひ、ご参加ください！



新さっぽろ冬まつり 2016

厚別の子どもたちが、冬を元気に楽しむことができるよう、地域の学生やボランティア、企業、関係団体が企画、実施する「新さっぽろ冬まつり」。

11回目を迎えた今年は、青少年科学館を会場に加えるなどリニューアルします。

“ふれあい広場あつべつ”では、アイスリンクやミニすべり台、子供たち手作りのかまくらが登場。

ミニゲームやあったかメニューで楽しめるほか、人気のスノーキャンドル作りも体験できます。

その他の会場でも音楽会など様々な催しがあり、寒くなったら屋内でも楽しめます！



日時 平成28年1月30日(土) 12:00~18:00
31日(日) 10:00~18:00

会場 ふれあい広場あつべつ(厚別中央1条5丁目)

《共催・連携会場》

青少年科学館 厚別公園競技場 厚別区民センター

※共催・連携会場は開催時間が異なります。詳しくは、厚別区役所ホームページ、または区役所などで配布しているチラシをご確認ください。

詳細：新さっぽろ冬まつり実行委員会事務局(厚別区役所地域振興課内)

新年あけましておめでとうございます

厚別区民の皆さまには、日ごろから厚別区政の推進にご支援、ご協力を賜り、心からお礼を申し上げます。

厚別区では、「区民が主体のまちづくり」を推進するため、町内会・自治会をはじめ、区民協議会や各地区まちづくり会議など、区民の皆さまが主体となって携わるまちづくり活動への支援や、まちづくりセンター通信などを通じて、よりわかりやすい情報提供をさせていただくことに努めてまいりました。

本年も、「魅力ある快適なまちづくり」、「区民と共に考え、区民から信頼される区役所」を目指して、職員一同、力を尽くしてまいりますので、引き続き変わらぬご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。



厚別区長 堀澤 純一

地区カレンダー（行事の詳細については、「広報さっぽろ」やホームページ、各団体のチラシをご覧ください）

厚別区・札幌市などの動き	地区の動き
1月	1月
11日 厚別区新成人のつどい（ホテルエミシア札幌） 30日～31日 新さっぽろ冬まつり 2016（ふれあい広場あつべつ 他） 1月中旬～2月中旬 札幌演劇シーズン 2016-冬（市内各劇場）	12日 避難場所運営研修（厚別中学校） 13日 避難場所運営研修（小野幌小学校） 17日 かるた&トランプ大会（小野幌会館） 19日 いきいきふれあいサロン・お正月遊び （小野幌会館） 22日 冬季違法駐車パトロール（小野幌会館集合） 30日 消火栓除雪ボランティア（厚別中学校ほか）
2月	2月
5日～ 第67回さっぽろ雪まつり 大通公園・すすきの会場（11日まで） つどいむ会場（15日まで） 7日 第36回札幌国際スキーマラソン（札幌ドーム周辺）	7日 厚別東地区演芸大会（小野幌会館） 17日 いきいきふれあいサロン入浴会 （定山溪 溪流荘）
3月	3月
12日 あつべつ区民音楽祭（厚別区民センター区民ホール）	9日 第3回各種団体交流会・まちづくり会議 （小野幌会館） 17日 わくわく料理教室（小野幌会館）

◆編集後記◆（所長のつぶやき）

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

今年は4月に衆議院5区補欠選挙が、7月には参議院選挙が予定されています。

参議院選挙から、18歳から20歳未満の約240万人の有権者が増えます。高齢化社会をどうしていくか等国の政策について、若い世代が意思表示できるのは良いことですが、26年の衆議院選挙では20歳代は3人に1人しか投票に行きませんでした。新たな有権者が投票に行くようご家庭でお話をしてください。何につけても無関心はいけません！

～編集・発行～

厚別東まちづくりセンター 厚別区厚別東4条4丁目9-3

電話 011-897-2885 FAX 011-897-2887

厚別区役所ホームページURL <http://www.city.sapporo.jp/atsubetsu/>

札幌市役所ホームページURL <http://www.city.sapporo.jp/>



さっぽろ市
02-Q01-15-435
27-2-320