

# このっぽろ通信

平成31年(2019年)1月10日発行

## 第2回各種団体交流会・まちづくり会議を開催

11月16日(金)、厚別東地区の各種団体から53名、札幌市関係者等10名の計63名が出席し、平成30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。

福祉講演では、地元のグループホーム白ゆり・地域包括ケアシステム開発企画課 三浦 聡 課長による「地域における認知症高齢者への理解と予防について」を聴講しました。認知症の症状、認知症の方への周囲の対応、早期発見と予防策などについて、現場の経験や最新の知見に基づき詳細に解説いただきました。また、予防のための脳トレとして、識別テストやマルチタスクトレーニングに会場全体で取り組みました。

その後議事に入り、平成30年度のまちづくり会議の事業実績報告と今後取り組む事業の説明が行われ、最後に区長から講評をいただき会議を終えました。



## 日赤奉仕団・更生保護女性会 合同ミニ集会在開催されました

11月14日(水)、日赤奉仕団厚別東分団と厚別更生保護女性会東分区による合同ミニ集会在開催され、27名が参加しました。今年度、災害が多発したことを踏まえ、耐熱性のビニール袋に野菜とウインナーソーセージを手でちぎり入れ、水とめんつゆを加え、輪ゴムで封止したうえで、鍋のお湯に袋ごと入れるだけで調理できるスープ作りの実習を行いました。

また、区役所健康・子ども課の保育士を講師に迎え、子育て家庭の災害への備えや災害後の子どもの心身のケア、コミュニケーションとしての遊びについてお話をお聞きし、お手玉やカードを使った遊びを体験しました。

皆さん和気あいあいながらも、実習では一つひとつ手順を確認し、受講中もしきりにうなずかれるなど熱心に受講され、災害時や日頃の子育てに役立つ貴重な学習となりました。



## 福祉のまち推進センター「鍋サロン」を開催

11月21日（火）、小野幌会館で厚別東福祉のまち推進センター主催の「鍋サロン」が開催されました。

最初に、健康づくりや日常生活を支援する各種団体から困りごとの相談先や特殊詐欺に関する情報提供を受けました。次に、食生活改善推進委員の方から、会場の参加者から寄せられた「あなたの健康法おしえて!」の紹介と「塩分チェックシート」に基づく減塩の奨めをお聞きしました。

その後参加者は、食生活改善推進委員の皆さんのご協力で準備された「簡単ビビンバ風丼」の具材を各自盛り付け、「韓国海苔のスープ」と一緒にいただきました。参加者は、塩分控え目で素材の風味が生きるよう工夫された料理を味わいながら、今日の内容の振り返りや健康法などに関する会話などで親交を深めました。



## 「生き生き脳活教室」が終了しました

9月28日から12月14日まで毎週1回、計12回開催の「生き生き脳活教室」が終了しました。この事業は、厚別東地区では、女性が要介護認定を受ける原因疾病の1位が認知症であることを踏まえ、札幌市厚別区介護予防センター厚別西東が札幌市からの委託を受け実施したものです。介護予防指導士、理学療法士、作業療法士、薬剤師、栄養士等の専門職が様々な職場から集まり、脳や体を鍛えるための筋力アップや脳トレ、認知症予防のための食生活講話などに、毎回2時間取り組みました。

各回30数名の参加者は、①身体活動（脳トレのほか、”あつべつリハメンコ体操”や”楽笑体操”も取り入れました。）②栄養講話や減塩味噌汁の味見など③生きがいつくり・交流(活動目標を立ててグループワーク)の3領域に取組みました。また、2回目と11回目には身体計測があり、この間の実践の成果をしっかりと確認しました。

参加者の皆さんには、この後も、お互いに交流し、運動を継続して、生き生きした生活を謳歌してほしいものです。



## 老人クラブの作品展から

11月上旬、原始林会館で高杉会の、小野幌会館で小野幌老人クラブの作品展示会が開催されました。絵画、工芸品、絵手紙、短歌俳句、衣装装束などこの1年の力作がそろい、多数の方々が鑑賞されていました。会場では革細工、編み物などの展示即売会やバザーもあり、こちらも大いに賑わいを見せていました。





## ＊ ＊地域振興課からのお知らせ＊ ＊

### 新さっぽろ冬まつり 2019

厚別区の子もたちが元気に冬を楽しめるようにと、地域の団体・企業や住民との協働で開催しているもので、今年で14回目。

メイン会場では、チューブすべりや雪のトンネル、雪上カーリングなどのほか、スノーキャンドル作りが体験でき、日が暮れると、会場はやわらかい灯りに包まれます。

また、連携・共催会場では、スノーモービルが引っ張るチューブに乗って楽しめるほか、雪の結晶観察や昔の冬の室内遊びなどを行います。

【日時】 平成31年1月26日（土）12時～18時  
27日（日）10時～16時

【メイン会場】 ふれあい広場あつべつ、科学館公園  
（厚別中央1条5丁目）

【連携・共催会場】 札幌市青少年科学館、厚別公園競技場

※ 開催時間が異なります。区ホームページまたは区役所などで配布するチラシをご確認ください。



新さっぽろ冬まつりキャラクター  
（ゆきころん）

**詳細** 新さっぽろ冬まつり 2019 実行委員会事務局（厚別区地域振興課内） 電話 895-2442

### あつべつ エキ音



ゴスペルシンガーNatsukiによる「虹と雪のバラード」他、冬にちなんだ様々なジャンルの歌を、生演奏と共にお送りします。

【日時】 平成31年1月23日（水）17：30～18：30

【会場】 地下鉄新さっぽろ駅定期券売り場前（厚別中央1条5丁目）

【費用】 無料。入退場自由。

【連携】 札幌市交通局、(株)札幌副都心開発公社、イオンカテプリ新さっぽろ  
サンピアザ 光の広場

・地下鉄・市電 懐かしパネル展（1/23～1/25）

・運転手 VR 体験、制服記念撮影コーナーなど楽しい催し♪（23日14時～17時）

カテプリ フードコート

・直前ミニコンサート（23日16：30～）

**詳細** 厚別区地域振興課 電話 895-2442



## ＊ ＊厚別区役所から新年のごあいさつ＊ ＊

明けましておめでとうございます。

区民の皆様には、いつも厚別区のまちづくりにご理解、ご協力をいただき、ありがとうございます。

本年は、厚別区が誕生30周年を迎える節目の年となりますので、皆様とともにお祝いし、楽しんでいただけるよう、様々なイベントを開催いたします。職員一同、さらに魅力あふれる住み良いまちづくりを目指して、取り組んでまいりますので、よろしく願いいたします。

今年が皆様にとって素晴らしい1年となりますことを、心よりお祈り申し上げます。



厚別区長  
浅野 正信

# 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
<b>1月</b>	<b>1月</b>
4日 厚別区新年互礼会(ホテルエミシア札幌) 14日 厚別区新成人のつどい(ホテルエミシア札幌) 23日 あつべつ・エキ音♪(地下鉄新さっぽろ駅) 23日～25日 地下鉄・市電 懐かしパネル展(光の広場) 26日・27日 新さっぽろ冬まつり2019 (ふれあい広場あつべつ、科学館公園 他) 26日～2月24日 札幌演劇シーズン2019冬(市内劇場) 31日～2月11日 第70回さっぽろ雪まつり(つどいむ会場)	6日 厚別東ひまわり町内会新年を祝う集い(原始林会館) 9日、17日 子育てサロン「くりの木」(小野幌会館) 11日 子育てサロン「森のもりっ子」(厚別東小学校) 13日 小野幌連合会新年交礼会(小野幌会館) 14日 小野幌老人クラブ新年交礼会(小野幌会館) 16日 除雪ボランティア(地区内) 18日 ふれあいサロン「お正月遊び」(小野幌会館) 18日 迷惑駐車パトロール(小野幌会館集合) 20日 かるた&ゲーム大会(小野幌会館)
<b>2月</b>	<b>2月</b>
3日 札幌国際スキーマラソン(札幌ドームほか) 4日～11日 第70回さっぽろ雪まつり (大通公園・すすきの会場)	10日 厚別東地区演芸大会(小野幌会館) 15日 子育てサロン「森のもりっ子」(厚別東小学校) 15日 ふれあいサロン「歌声喫茶」(小野幌会館)
<b>3月</b>	<b>3月</b>
1日 札幌市立高等学校(全日制) 卒業式 3日 あつべつ区民音楽祭(厚別区民センター) 15日 札幌市立中学校 卒業式 20日 札幌市立小学校 卒業式	15日 子育てサロン「森のもりっ子」(厚別東小学校) 15日 ふれあいサロン「なつかしの映画劇場」(小野幌会館) 15日 第3回厚別東地区各種団体交流会・まちづくり 会議(小野幌会館) 27日 子育てサロン「くりの木」(小野幌会館)

## ◆編集後記◆ (所長のつぶやき)

平成31年は、国政及び地方選挙、天皇陛下退位即位に伴う10連休、消費税率改正など日々の生活や社会の有りように大きな関わりを持つイベントが目白押しです。昨年は、大規模な台風・地震にも見舞われ多くの方が辛い思いをされました。同時に、様々な助け合いや支援があり地域の皆さんの力強い姿を拝見しました。厚別区誕生30周年を迎える今年は、関連の催しが数多くとり行われる予定です。この一年が、皆様にとりまして健やかで実りある楽しい年となりますよう、当まちづくりセンターも地域の皆様とともに歩んで参りますので、本年も引き続き、ご理解とご協力の程お願い申し上げます。

## ～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3-6

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/>

SAPPORO



さっぽろ市  
02-Q01-18  
30-2-247