



まいと



【後編】 栄町中央商店街「ハッピーハッチ」



▲栄町中央商店街
公式キャラクター
「ハッチ」



栄町中央商店街 コミュニティカフェ「ハッピーハッチ」

絶品ランチに舌鼓！
とにかく明るいコミュカフェ！
(開いてますよ！)

手作りランチが自慢の
「ハッピーハッチ」取材しました！



ハッピーハッチ

所在地 東区北42条東8丁目1-1
宮川ビル1階

営業時間 10:00~15:00
(土曜日は14:30まで)

定休日 日曜日・祝日

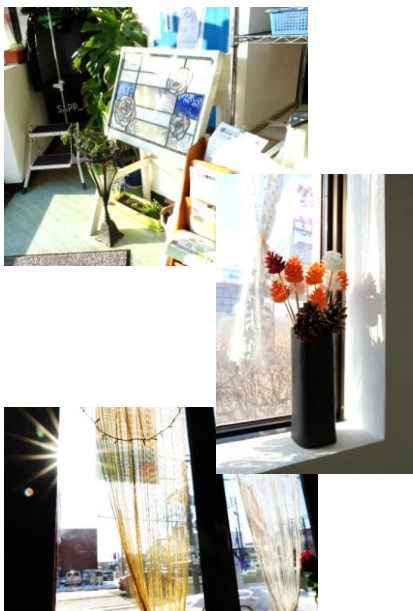
11:00 到着・店内探検



- ✓ おいしいものを低価格で提供するため、日替わり定食は、前日の仕入れ、提供食材を踏まえ決めています。
- ✓ 「ちよい飲みセット」に惹かれつつ、今日は「宗八がれい」と「ナポリタン」で決まり！



- ✓ 天井が高くて広々とした空間
- ✓ 店内は明るい日差しが差し込み
とても気持ちがいいです。





✓ 野菜や発酵食品のほか
レンタルボックスにて
ハンドメイド作品を
販売しています。
(夏には野菜がいっぱい！)



全テーブル **生花** 完備！
彩どり豊かな花々が居心地のいい空間を演出します。
仕入先はもちろん商店街の花屋さん
(フラワーショップマルイチ 東区本店)



▲花と編集長
(思わず笑みがこぼれます！)

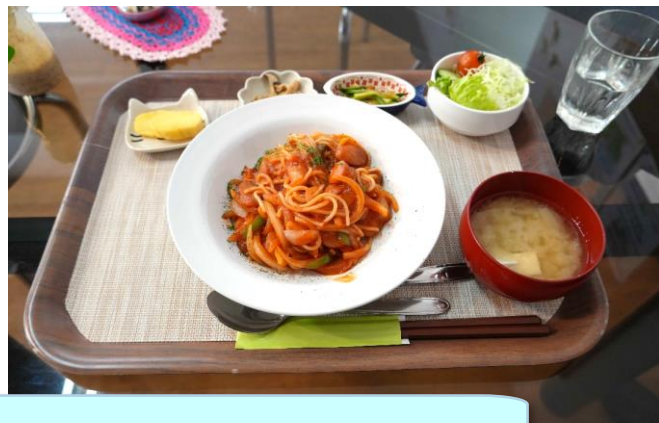
12:00

昼食

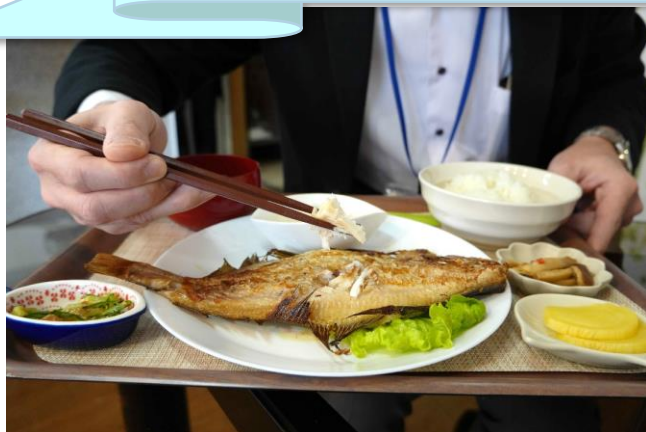
ザ★喫茶店のナポリタンと、大ぶりの宗八がれいの干物
小鉢が2～3品と、自家製たくあん付き



そうハッチがれい
なんちゃって。



それでは、いざ実食。いただきます！
う、うますぎるっ！お世辞抜きに



恒例、箸上げの図。スキルアップしたでしょ？

✓ ナポリタンは、麺もっちり野菜たっぷり（札幌黄入り）

✓ 脂ののった宗八がれいは、干し加減・火入れが完璧

✓ 小鉢のきゅうりとクラゲの中華和えと
エリンギのマリネは優しく上品なお味

✓ 自家製たくあんはもちろん無添加
素朴な美味しさが口の中をさわやかにリセット

編集長は、
祖母のたくあん
漬けを思い出し
思わずほろり💧



「たくさんの食材が摂れるように」といった
お客様の健康への気遣い・愛情を感じます。

食後のコーヒーはいかがでしょうか？
手作りケーキセットもおいしいですよ！

あ〜、美味しかった！！ごちそうさまでした！



▲こちらのお客さんはビビンバ丼。おいしそう！

12:30

暮らしの保健室

この日は、今野さんによる
足爪ケア、健康・介護相談です。



足爪ケアの後、この日は話の流れで
ストレッチ講座が始まりました。



まずは首すじの運動です。



次は腕の運動
腕の重さは3kgくらいあり、
前に出すと負荷がかかる
ので簡単な筋トレにも
なります。



▲我らが編集長もストレッチで
日頃の疲れをリフレッシュ！



腕を上にあげると、
血流が良くなります。

このあと、骨盤、股関節のストレッチも行いました。
終始、和やかな雰囲気でした！

「暮らしの保健室」講師のみなさま

お二人とも、商店街に「みきファミリークリニック」を構える三木先生からの「ハッピーハッチで教室を」との打診に応じて講師を引き受けられたそうです。

健康・介護相談(足爪ケア)



今野さん

足爪は日常生活の自立度のバロメーター

訪問看護の現場では足のケアができていない人が多いと感じました。また、足の爪を切ってあげたとき「足の爪を切って！と、なかなか言えなかったのよね」といった反応もありました。それ以来、まず最初に靴下を脱いでもらい足を見ることにしています。足を見れば、日常生活の中で必要な動作についての自立度がわかってきます。

足爪ケアによるスキンシップを通して、心の距離が縮まり、気軽に相談しやすい関係づくりができていていると思います。

少人数で和気あいあいとした雰囲気

足爪ケアのあとは健康・介護相談です。相談からの参加もOK！少人数での開催なので、何でも気軽にご相談いただける雰囲気でお待ちしています！

糖尿病教室



森山さん

無症状のまま進行する糖尿病

糖尿病の合併症は「しめじ」、し：神経障害、め：目（網膜症）、じ：腎臓（透析）と覚えてください。この中でも早期に変化が現れるのが神経障害です。初めに指先や足先のしびれが現れますが、治療せず放置すると、小さな傷でも悪化して壊疽してしまうことがあります。健康診断で血糖やHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）の異常を指摘されても、「特に症状もないし、忙しいから」と医療機関を受診しないケースをよく見聞します。早期であれば、薬を飲まなくても済む場合もあるので、ぜひ早めの受診を！



▲糖尿病かたの様子

興味のある方は誰でも参加OK！

「ハッピーハッチ」での教室は、カフェでお友達と語らう感覚で、講師やほかの参加者とフラットな関係で気軽に相談ができる環境です。毎回楽しく参加できるように年間スケジュールを組んでいるので、ぜひ参加してくださいね！

ワンポイント健康アドバイス（森山さん）

脳は急激な変化を嫌います！（小さな行動の積み重ねで目標達成）

脳は環境変化を嫌う性格だけど、少しずつの変化には鈍感。20日（3週間）～60日かけて脳に気づかれないよう徐々に習慣改善を！ 例）いきなり断酒 → 週1回の休肝日から開始

スタッフの皆様



整然としたキッチンを縦横無尽に
息の合った完璧なオペレーション

ハッピーハッチは地域の皆さまと共に
美味しく 楽しく 豊かな
コミュニティ作り
に取り組んでいます。



福崎さん

中田さん

濱谷さん

**「毎日食べても飽きないような
日替わりメニュー」**

をモットーにハッピーハッチのスタッフが
心を込めて手作りしています。



ちょっとした会議やイベントに最適なレンタル小会議室のほか、
ハンドメイド作品を展示・販売できるレンタルボックスもご用意しています。
ご興味のある方は、ぜひスタッフまでお気軽にお声がけください！

レンタルボックス
の賃料は800円/月
現在2つ空きあり！

「ハッピーハッチ」ではいろいろなイベントを開催中！詳しくはホームページをチェック！



栄町中央商店街マルシェ（毎月第1土曜日）

コンサート

絶品ランチ確定！ 地域愛にあふれ、
普段の暮らしに潤いを与えてくれる「ハッピーハッチ」
ぜひ足を運んでみてくださいね！



栄町中央商店街では、「ハッピーハッチ」のほか
夏祭りやハロウィンイベント、子育て交流会といった活動も行っています。



ハッチふれあいフェスティバル



ハッチハロウィンまつり



子育て交流会

札幌市の商店街支援制度のご紹介

「夏まつり」「ハロウィン」は商店街地域力向上支援事業（にぎわいづくり型）
「子育て交流会」は商店街応援隊派遣事業の活用事業です。

商店街応援隊派遣事業

様々なスキルをもった**専門家(応援隊)**を派遣することで、商店街の自主的な取組の創出を支援

「書類の書き方が分からない」「イベントの企画・運営のやり方が分からない」などの商店街の困りごとに寄り添い、
専門家の派遣を通じて事務局機能の強化を目指す事業



応援隊	応援隊活用例
メーカー、中小企業、弁護士	個店での新商品開発に向けたメーカーの派遣
まちづくりコンサルタント、イベントター	地域のにぎわい創出に向けたイベントターの派遣
弁護士、行政書士、建築士	書類作成の補助のための士業の派遣
SNSコンサルタント、WEBデザイナー など	情報発信力強化のためのSNSコンサルタント派遣

※令和6年度の商店街地域力向上支援事業の受付は終了しています。

栄町中央商店街振興組合

設立：1985年3月30日
組合員数：32



ハッピーハッチを中心に
元気な商店街を目指して、
夏祭りやハロウィン祭りのほか、
花壇整備や資源回収などを行っ
ています。



ホームページ



Facebook



SHOPPING STREET GEOGRAPHIC

file:001

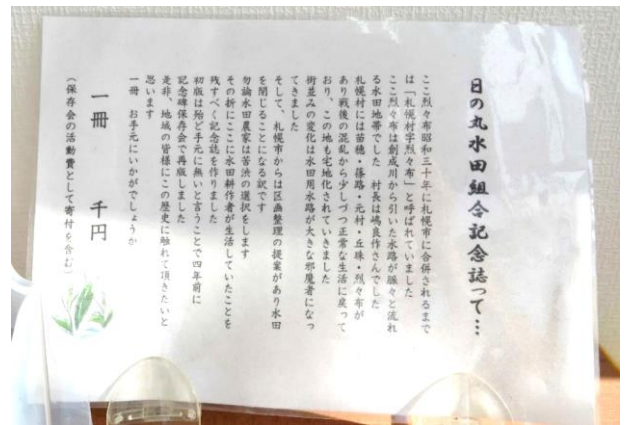
「烈々布」「日の丸」の謎

取材当日、記者は店内で右写真の貼り紙を発見した。読み進めると「苗穂・篠路・元村・丘珠・烈々布!?!」「れつれっぷ」と読むそう。また、貼り紙のタイトルにある「日の丸」に既視感が。地下鉄駅からハッピーハッチへ向かう間に、「ひのまる公園」、「烈々布神社」などを見かけたことをふと思い出した。



かつて「烈々布」と呼ばれたこの一帯には「日の丸農場」が広がり、「栄小学校」は「烈々布小学校」という名称だったそう。現在、「ひのまる公園」設置された石碑等には、「日の丸農場」の記憶が刻まれている。

読者の皆様も、ハッピーハッチで絶品ランチを味わいつつ、「烈々布」「日の丸」の歴史をたどってみてはいかがでしょうか。



編集長の独り言

#11



商店街応援マガジン「まいど。」ですが、なんと、2025年2月は3週に
寝って、連続リリースいたします!
(なんかアーティストっぽい笑)
年度末の駆け込み需要ならぬ、
駆け込み発行だぜ!
次回も絶対見てくれよな!!