

南区の小学校で雪体験授業を実施しました！

南区内の小学4年生を対象に、土木センターの職員が講師となり、除雪に関する出前授業のほか、啓発ポスターの作成や除雪車の試乗などの体験学習を実施しました。



今年度は、真駒内公園小学校のほか13校で雪体験授業を実施しました。



藤の沢小学校や南小学校では除雪車の仕組みや死角について学んだ後、試乗体験を行いました。



澄川南小学校や澄川小学校では、「雪出し」や「路上駐車」を防止するための啓発ポスターを作成しました。

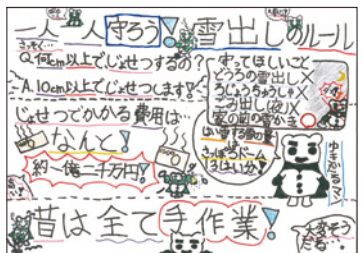


藻岩北小学校では、砂まきを啓発するためのポスターを作成しました。

ポスターを掲示しています！

雪体験授業で描いたポスターは、澄川・石山・川治地区の店舗や自動販売機のほか、地下鉄周辺の砂箱などに掲示しています。児童の力作をぜひご覧ください！

また、ポスターの掲示にご協力いただいた店舗や企業の皆さま、どうもありがとうございました。



石山・澄川・澄川西・澄川南・藻岩北小学校の4年生の児童が描いたポスターです。

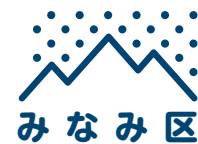
道路や公園の清掃にご協力ください。

散布した滑り止めの砂は、幹線道路や人通りの多い歩道については、市の路面清掃車や人力により回収いたしますが、公園や生活道路については、地域の皆さまに清掃のご協力をいただいております。

公共の場所を清掃した際の砂やゴミは、ボランティア袋に入れることで、指定されたゴミの収集日に無料でゴミステーションに出すことができます。ボランティア袋は南区土木センターや南区役所地域振興課、各清掃事務所などで配布しています。詳しくは南区土木センターまでお問合せください。



発行	札幌市南区土木部維持管理課		
お問合せ	区の除雪事業について	▶ 札幌市南区土木部維持管理課（南区土木センター） 電話：011-581-3811	
	区の除雪作業について	▶ 北地区除雪センター 電話：011-583-6851 ▶ 南地区除雪センター 電話：011-573-9222	
バックナンバー	このリーフレットのバックナンバーを札幌市南区ホームページに掲載する予定です。		札幌市南区 除雪関連 検索
			



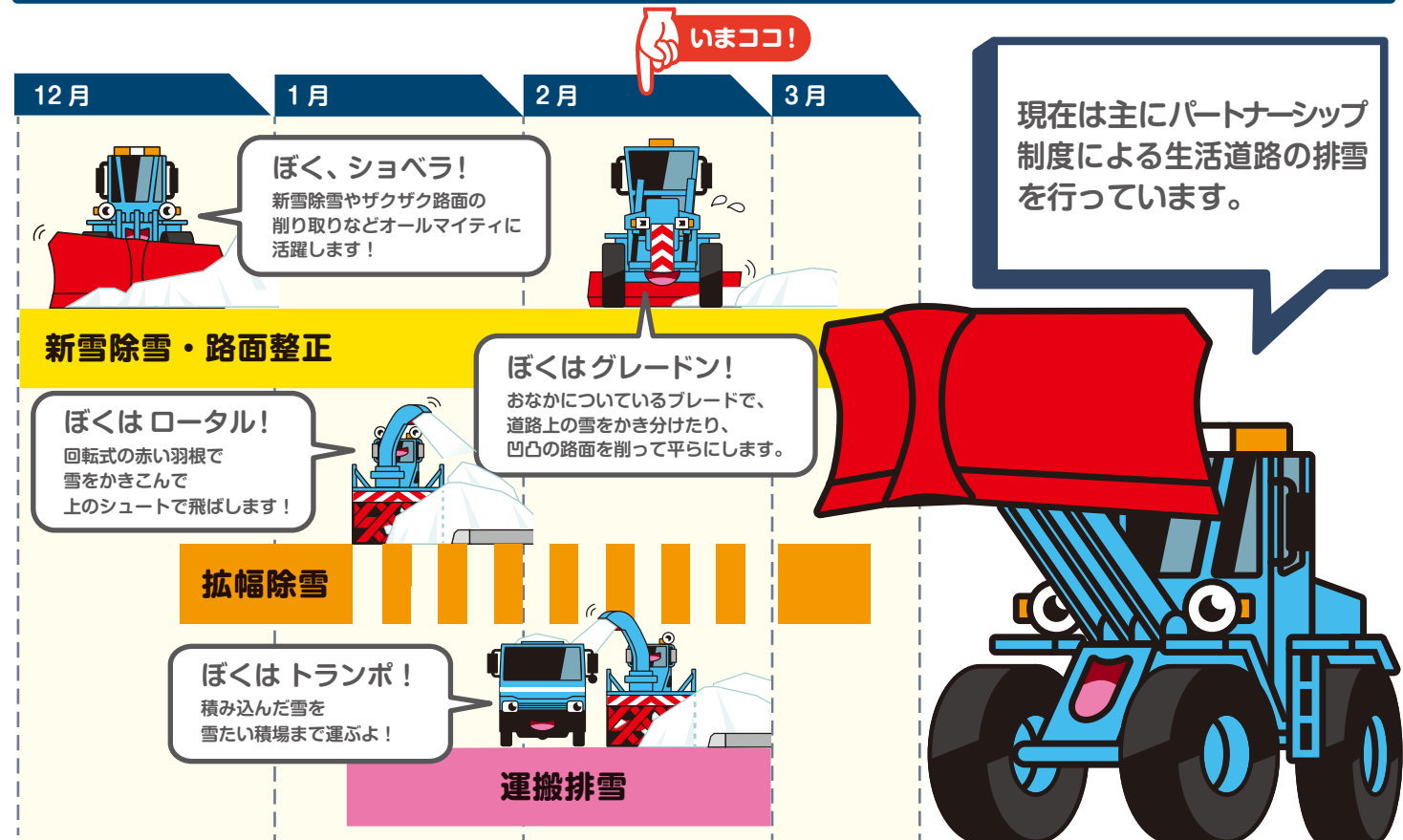
冬みち便り

保存版

vol.3

このリーフレットでは、南区のみなさまに3回にわたり、市の除排雪の情報や南区の取組をお伝えしていきます。

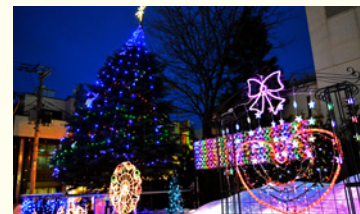
札幌市南区土木部
平成30年2月15日発行



雪をもっと楽しもう！

毎年降るたくさんの雪は、冬の札幌をより魅力的で美しくしています。今年も南区では、たくさんの地域で、「雪あかり」などの冬を楽しむイベントが行われています。地域で行われるイベントや冬の遊びなどを通じて、雪や冬にもっと親しみ、楽しく過ごしてみたいはいかがでしょうか。

まだまだやってる！



澄川雪あかりイルミネーション
(12/23～2/28)



石山スノーファンタジー
(12/9～3/31)

簡単！スノーキャンドルを作ってみよう！……



1 空き缶をバケツの中央に置きます。



2 バケツに雪を詰めます。



3 バケツをひっくり返した後、バケツを取ります。



4 雪の中に埋まっている空き缶を取ります。

完成！



ろうソクを中に入れ、火を灯します。

湿った雪だと作りやすいよ！



路面整正とは

路面の凹凸やわだちを削り、路面を平らにする作業のことです。道路の状況をパトロールして、特に作業が必要な道路から計画的に実施します。



新雪除雪と路面整正の違い（生活道路）

	新雪除雪	路面整正
作業イメージ		
いつ？ （出勤基準）	目安として10cm以上の降雪があり、交通に支障が生じると思われるとき。	路面の圧雪が厚くなり、 段差 や 凹凸 で交通に支障が生じるとき。 急な暖気や降雨により、 ザクザク で交通に支障が生じると思われるとき。
どんな風に？ （作業方法）	タイヤショベルで、道路に積もった雪をかき分けます。	タイヤショベルで、圧雪や氷盤を削り取ります。また、削った雪は道路脇に寄せます。
かき分け作業により生じる雪	フカフカの雪やベタ雪の場合があります。	固くて 重たい 圧雪状の雪、氷盤。 水分を多く含んだザクザクの 重たい 雪。
作業時間など	夜中から朝のラッシュまでに、対象となるすべての道路の除雪を行います。	路面を平らにする作業のほか間口処理を行うことから、新雪除雪の 約3倍 の作業時間がかかります。
間口処理	新雪除雪は“時間との戦い”になります。 かき分けた雪の間口の処理は皆さまにお願いしています。	ご家庭の出入り口（間口）には、できるだけ雪を置かないよう、タイヤショベルで間口の処理を行います。

雪の置き場所についてご理解をお願いします。

路面整正の作業で削った雪は氷のように固くて重たいため、間口の前には、できるだけ雪を置かないよう留意して作業を行います。しかし、排雪とは異なり、削った雪を運び出すことはできないため、道路上の間口以外のどこかに置かなければなりません。雪の置き場所について、ご理解とご協力をお願いします。



除雪車の運転席からは視界が悪いため、間口をきれいに開けるのも、雪の置き場所を探すのも、大変な作業になります。



雪の置き場所について、ご理解とご協力をお願いします。

！ルールを守って冬の生活を快適に暮らしましょう！

夜間にゴミを出すと、除雪作業時にゴミが混ざってしまうことがありますので、収集日の決められた時間に出してください。
また、除排雪作業の支障となりますので、道路上に物を置かないでください。
ご理解とご協力をよろしくお願いします。



「ロコトレ＝足腰筋力トレーニング」で健康寿命を延ばしましょう！

札幌市では、冬みちでの転倒により、毎年1,000人以上が緊急搬送されています。
ツルツル路面による冬場の転倒防止対策のためにも、日ごろからロコトレ（＝足腰の筋力トレーニング）を行うことが効果的です。健康寿命を延ばして、いつまでも元気に過ごしましょう！

バランスの能力をつける「片脚立ち」

左右1分間ずつ、1日3セット



床から少し離れる程度に片脚を上げます

ポイント

- 姿勢はまっすぐ！
※転倒しないように必ずつかまるものがある場所で
- 支えが必要な人は、十分注意して、机に手や指をつけて行います。
※指をついただけでもできる方は、指先をつけて行います。

下肢筋力をつける「スクワット」

深呼吸をするペースで1日 5～6回×3セット



- ①肩幅より少し広めに足を広げて立ちます。つま先は30度くらい開きます。
- ②膝がつま先より前に出ないように、また、イスに腰かけるようにお尻をゆっくり下ろし、痛みが出ないところで立ち上がります。

スクワットができないときは、イスに腰かけ、机に手をつけて立ち座りを繰り返します。

※安全のためにイスやソファの前で

頑張りすぎず無理せず自分のペースで行いましょう！
体調に不安がある方は主治医に相談してから行ってください。

この記事に対する
お問合せ 南保健センター
011-581-5211