

雪山から子どもが飛び出してくる恐れがあります。

スピードダウンと安全運転を心掛けましょう。

# (健)康guide

中央保健センターからのお知らせ



申込・詳細 保健センター地域保健課  
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221

## 【楽しく健康ウォーキング】

～論より証拠。食と運動編～

生活習慣病を予防するため、運動とバランスのよい食事を体験してみませんか。(2日間1コース)

◆日時 ①2月22日(火)午後1時30分～3時20分(受け付けは午後1時10分～)、②2月25日(金)午前10時～午後0時30分(受け付けは午前9時40分～)。

◆会場 ①中央区民センター2階ホール(南2西10)、②中央保健センター2階講堂(南3西11)。

◆対象 2日間とも参加可能な40歳～79歳の区民の方。

◆定員・費用 50人・500円(弁当代:2日目にお支払いください)。

◆持ち物 ①室内運動靴・タオル・飲み物(万歩計

・健康手帳:お持ちの方)。  
②筆記用具・健康手帳。  
◆申込 2月14日(月)午前9時から電話でお申し込みください(先着順)。ファクス不可。

## 【区民健康づくり講演会】

いつまでも脳を生き生きと保ち、さらに脳を発達させるために、自分の生活習慣を振り返り、どのような心構えと取り組みが大切かを『日本を代表する脳科学の専門家』による講演会を開催します。

◆内容 講演「脳の活性化と健康づくり～仲間づくりは大人の脳を発達させる!?(講師:北海道大学大学院医学研究科脳科学専攻神経機能学講座澤口俊之教授)。

◆日時 3月1日(火)午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分～)。

◆会場 中央区民センター2階ホール(南2西10)。

◆対象 健康づくりに関心のある区民の方。

◆定員・費用 300人・無料。

◆申込 当日直接会場へお越しください。

## 中央区 歴史の散歩道 第100回

ここが札幌のへそ

# 札幌建設の地

札幌の街づくりの基点を  
しるした「札幌建設の地」  
碑をご紹介します。

札幌の街づくりは、明治二十一年十一月に島判官が札幌へ着任したときから始まります。今から百三十五年前のことです。

このころ札幌はどんな様子だったか、皆さんは想像できますか。今ではたくさんビルが建ち並ぶ街に発展しましたが、当時は広々とした密林や湿地で覆われていました。島判官の仕事は、この原生

林の中に北の都をつくることでした。それは、京都のように基盤の目をした街並みをもつ都です。そこで、当時すでにできていた大友堀(今の創成川)のふちを中心として、札幌の都の設計図を描きました。

火事が起きて燃え広がらない大きな通り(今の大通公園)を挟んで、北側を開拓使本庁舎などの官庁街、南側

は一般の人が家や商店を建てられる土地とするなどの計画を立てて、札幌を離れました。

四年に札幌にきた岩村判官は、この島判官の計画を実行し、今の創成橋のたもとを基点に街づくりを始めました。こうして、札幌「本府」建設のころから、基盤目状の街並みがつくれられ、美しい街―札幌へ発展してきました。

今ではこの計画通り、大通公園の北は裁判所・道庁・市役所などが建ち並ぶ官庁街、南は商店街として発展しています。

札幌「本府」として最初に街づくりの手が加えられ、土地区割りの中心となった地区は、今でも「本府地区」と呼ばれています。町内会名にもなり、ここに住む人の誇りとなっています。

昭和四十二年、この本府地区の人たちが、札幌建設の基



▲「札幌建設の地」碑

点となった石と、札幌建設が始まった由緒ある土地であることを永久に残そうと建てたのが「札幌建設の地」の記念碑(南一西一)です。札幌を意味する球状の上に東西南北の基点を表す朝顔型、さらに将来の発展を祈るわらび型を積み重ねた形をしています。また、碑を挟んで右側に創成橋の親柱石と、左側に札幌軟石で作られた石橋の一部が残っています。

札幌の街づくりの基点の証しとして、住民の手で守られ、これからも街の発展を見守り続けていくことでしょう。

平成五年から始まった「歴史の散歩道」は、今回で百回目を迎え、一旦終了させていただきます。ご愛読ありがとうございました。