



おそろいのユニフォームで集合!

区民のページ 12月  
2006年  
**ひがし**



**きらり+** **ひがしく** **太極拳で元気! はつらつ!**  
**～元町四区太極拳サークル～**

太極拳(\*)で健康づくりに励む「元町四区太極拳サークル」の皆さん。健康に良いことを始めようと、6年前に町内会の仲間で、このサークルを立ち上げました。当初10数名だった会員も、現在では55名に増え、北海道武術太極拳連盟普及指導員の富樫幸子先生の指導の下、毎週、元町北27条会館(北27東19)で心地よい汗を流しています。「呼吸に合わせた動作はとても気持ちの良いものです」と、サークルの世話役の木村光子さん。春と秋には、モエレ沼公園などで新鮮な空気を吸いながらの野外太極拳も行い、下は40歳代から上は80歳代まで、会員みんな元気いっぱいです。

皆さんも健康づくりのために、体を動かしてみたいかがですか。

【詳細】サークル世話役 木村さん ☎784-0722



流れるような動きの富樫先生

※太極拳～中国、宋代に始まる拳法。ゆるやかに円弧を描くような手足の動きを中心とするもので、心身鍛錬のための健康法として行われている。気を重視する。

【編集】東区役所総務企画課広聴係

〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目 ☎741-2400 742-4762

●東区民ホームページ「ようこそひがしく」 <http://www.city.sapporo.jp/higashi/>

●東区広報番組「東区情報ひろば～タッピー通信」さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz) 毎週水曜日午前10時40分～10時50分



いつまでも「元気」が一番！

# 【介護予防】のススメ

「人生80年」と言われて久しい、長寿大国ニッポン。しかし、今後は単なる「長生き」を目指すだけでなく、いかに介護に頼らず、自立していきいきと暮らす期間（健康寿命）を増やすことができるかが課題となっています。

平成18年度から介護保険法が改正され、高齢の方やその家族が住み慣れた地域・自宅で元気に暮らし続けられるよう、介護が必要になるのを未然に防ぐ「介護予防」に重点が置かれるようになりました。

今回は、「介護予防」の取り組みをご紹介します。



介護予防センターの「すこやか倶楽部」

区内にある8つの介護予防センター（下記参照）では、おおむね65歳以上の方を対象に、同じ地域に住まいの方々と楽しいひとときを過ごし、生活機能の維持、向上を図ることを目的とした「すこやか倶楽部」を実施しています。

地区会館や集会所など、歩いて参加できる身近な場所で開催され、健康チェックや簡単にできる体操、交流会などを通して、参加者が楽しみながら介護予防を学びます。



すこやか倶楽部の様子。「少々痛いのも薬のうち」と、気丈にストレッチに励む皆さんでした。（むつみ会館 10/24）

今回訪ねたのは、介護予防センターなえば主催の鉄東第17分区町内会むつみ会館（北12東15）で行われているすこやか倶楽部。参加者は、



健康講話の様子。認知症がテーマとあって、皆さんの関心も高いものがあります。（むつみ会館 10/24）

相談員の健康チェックを受けた後、いすやボールを使った簡単な体操や、床に座つてのストレッチで汗を流しました。最後は相談員による「正しく知ろう、予防しよう認知症」と題した健康講話を聞きました。

会場は笑い声が飛び交い、終始和やかな雰囲気。お茶とお菓子で一服しながら、参加者同士で楽しく交流を深める時間もあります。相談員の谷裕美さんは「ちよつと遊びに行くようなつもりで、たくさんの方に来ていただければ」と話します。



## 頼りになります！「介護予防センター」

地域で一番身近な高齢福祉総合相談窓口です！「外に出るきっかけがほしい」、「気軽に話せる仲間がほしい」、「体力が落ちてきたので運動する機会がほしい」、「病気や寝たきり、認知症を予防したい」、「老人クラブやサロン等の席で介護予防の話をしてほしい」など、お気軽にお近くの介護予防センターにお問い合わせください。

名称	担当地区	所在地	電話
介護予防センターなえば	鉄東、苗穂東	本町2条5丁目7-10	782-7010
介護予防センター北光	北光	北17条東5丁目2-5 大友恵愛園内	752-6110
介護予防センター北栄	北栄	北22条東15丁目1-12	751-1294
介護予防センター栄町	栄西	北45条東9丁目2-7 禎心会東センター	711-6110
介護予防センター栄・丘珠	栄東、丘珠	丘珠町167-13 おおぞら敷地内	786-0030
介護予防センター元町	元町	北24条東18丁目4-30	784-0808
介護予防センター伏古本町	伏古本町	伏古7条3丁目1-33 藤苑内	781-1100
介護予防センター東苗穂	札苗	東苗穂町1089-1	789-6050







**銭湯で若返り**  
**榮生湯**  
**「ゆにーくサービス」**

地域の高齢の方に、近くの公衆浴場（銭湯）で入浴、会食、レクリエーション、健康チェックなどのサービスを提供する「ゆにーくサービス」。市内の7つの銭湯で実施されている中の一つ、栄西地区にある榮生湯（北46東3）を訪ねてみました。



レクリエーションでの一コマ。失敗するたびに抱腹絶倒！これも良い運動(?)になったようです。（榮生湯 10/26）

集合時刻は午前10時。すでに20人ほどの利用者が集まり、地域のボランティアによる受け付けと、ボランティアの看護師による健康チェックを済ませていました。その後、ラジカセのマイクを取ったのは榮生湯のオーナーで、介護福祉士の資格を持つ大泉勝義さん。「お腹から声を出して、元気に歌いま

しょう！」との掛け声で、全員で「われらの人生、これからだ、花咲く春のときのように」と大合唱。続くレクリエーションは、息でボールを吹いて点数を競うゲーム。皆さんは、高得点が出るたびに歓声を上げ、失敗するたびにお腹の底から笑っていました。頭も体も活性化化したことでしょう。



会話も弾む会食の風景。参加者の皆さん同士の交流の輪も広がっていきます。（榮生湯 10/26）

気が付けば、もうお昼時です。皆さんは、カロリリーが控え目で体に良い素材だけで作られたお弁当に舌鼓を打ちながら、会話を花を咲かせていました。最後はお風呂で汗を流して、皆さんサッパリした表情で帰宅の途に就きました。

このゆにーくサービスの運営には、栄西地区福祉のまち推進センターや6カ所の介護予防センターの

協力のほか、地域の日赤奉仕団、民生委員児童委員協議会、老人クラブ、栄西連合町内会女性部など、多くの皆さんがボランティアで手伝ってくれています。地域の皆さんに支えられながら、この12月で満10年を迎えることができました。



大泉勝義さん

大泉さんは「地域の皆さんがこの取り組みを育ててくれたのです。銭湯を取り巻く状況は厳しいですが、利用してくれる皆さんの笑顔を糧に頑張ります」と話します。

**開催日時**毎月第2、第4木曜日午前10時。

**対象者**実施浴場の周辺に居住するおむね65歳以上の身体の弱い方。  
**利用料**1回に付き520円。

**その他**入浴介助、送迎サービスはありませので、ご了承ください。



●ほかにもこんなところがお役に立ちます●

■東老人福祉センター（北41東14 ☎741-1000）

娯楽室、職能訓練室、浴室などがある60歳以上の方の憩いの場。各種の相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上、レクリエーションなどの場を提供します。初めて利用される方は健康保険証など、年齢を証明するものを持参してください。

**利用時間**：午前9時～午後5時 **休館日**：毎月第1土曜日、祝祭日、年末年始（12月29日～1月3日）

**利用料**：入館は無料ですが、定員制講座等を利用する際は教材費が必要ですので、お問い合わせください。

■大友恵愛園老人生きがいセンター（北17東5 ☎751-1731）

東老人福祉センターと同様、60歳以上の方の各種相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上、レクリエーションなどの場を提供します。詳細はお問い合わせください。

■おとしより憩いの家

地域の60歳以上の方が気軽に利用できる、教養の向上、レクリエーションなどの場として、地区会館などを使用して区内6カ所に設けています。

詳細は東区保健福祉課☎741-2400までお問い合わせください。



東老人福祉センター内部



# お知らせ広場



東区マスコットキャラクター「タッピー」

12月11日～1月10日

平成18年11月1日現在の人口・世帯数  
 人口 254,765人(前月比-8人)  
 男 122,856人 女 131,909人  
 世帯数 115,500世帯(前月比+72世帯)

## 東区内の主な施設

### 東区役所関係

- 東区役所 ☎741-2400  
〒065-8612 北11条東7丁目
- 東区土木センター ☎781-3521  
〒065-0033 北33条東18丁目
- 東保健センター ☎711-3211  
〒065-0010 北10条東7丁目

### まちづくりセンター

- 鉄東 ☎721-3105  
〒060-0909 北9条東5丁目
- 北光 ☎721-1271  
〒065-0018 北18条東5丁目
- 北栄 ☎721-6336  
〒065-0025 北25条東7丁目
- 栄西 ☎752-9536  
〒007-0842 北42条東4丁目
- 栄東 ☎711-2203  
〒007-0841 北41条東14丁目
- 元町 ☎781-5375  
〒065-0020 北20条東20丁目
- 伏古本町 ☎784-5534  
〒007-0863 伏古3条3丁目
- 丘珠 ☎781-4283  
〒007-0880 丘珠町183-2
- 札苗 ☎783-3608  
〒007-0807 東苗穂7条2丁目
- 苗穂東 ☎742-4427  
〒065-0043 苗穂町3丁目

### 区民・地区センター

- 東区民センター ☎742-5500  
〒065-0011 北11条東7丁目
- ふしこ地区センター ☎785-6323  
〒007-0871 伏古11条3丁目
- 栄地区センター ☎704-6005  
〒007-0836 北36条東8丁目
- 苗穂・本町地区センター ☎784-7833  
〒065-0042 本町2条7丁目

### その他の施設

- 東清掃事務所 ☎781-6653  
〒007-0880 丘珠町873-1
- 元町図書館 ☎784-0841  
〒065-0030 北30条東16丁目
- 東区体育館 ☎751-5250  
〒065-0027 北27条東14丁目
- 東区社会福祉協議会 ☎741-6440  
〒065-0011 北11条東7丁目(東区民センター内)

## 東区役所から

■「ひがしく花トピアカレンダー2007」を配布します  
 12月11日(月)から、東区内の小・中学校の花壇を紹介したカレンダー(A2判・1枚)を無料で配布します。

■配布場所東区役所(1階14番窓口、3階地域振興課)、東区民センター、区内各まちづくりセンター・地区センター。  
 その他なくなり次第終了となりますので、ご了承ください。  
 詳細地域振興課まちづくり調整担当

## ■ロビーコンサート開催

東区民センターロビーで、音楽鑑賞をしてみませんか。  
 日時12月18日(月)午後0時15分～0時45分。  
 会場東区民センター1階ロビー。  
 出演池田くみ子(ボーカル)、

齋藤桃子(ピアノ)。  
 曲目「ホワイトクリスマス」ほか。  
 費用・申込無料。当日、直接会場へお越しください。  
 詳細地域振興課まちづくり調整担当

## ■東区新年交礼会

新年の門出を祝い、ふれあいと親睦を深める「東区新年交礼会」を開きます。



日時1月5日(金)午後2時～3時30分。  
 会場札幌テイセンホール(北7東1、サッポロテイセンボウルに併設)。  
 対象東区在住の方。  
 会費2千500円。

## 東保健センターから

■胃がん・大腸がん検診  
 日程12月18日(月)(受付は午前9時～10時)。  
 対象40歳以上の方。  
 費用千100円(70歳以上の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料になります)。各種証明書をお持ちください。  
 申込12月15日(金)までに、地域振興課か区内各まちづくりセンターへ、会費を添えてお申し込みください。  
 詳細東区連合町内会連絡協議会事務局(地域振興課内)

## ふしこ地区センターから

■お子様連れ家族限定開放  
 日程左表のとおり。「午前」は午前9時～正午、「午後」は午後1時～5時です。

日	時	内容
第1土曜	午後	バドミントン
第1日曜	午前	バスケットボール
第1日曜	午後	卓球

対象小学生以下のお子さんとそのご家族。  
 費用無料。  
 その他室内運動靴と、用具は各自お持ちください。

## 栄地区センターから

■冬休み子ども囲碁教室  
 囲碁は誰にでも楽しめるゲームです。たくさんの方を身に付けて、お友達と勝負しよう!

## 元町図書館から

日時1月9日(火)、12日(金)、13日(土)、16日(火)(全4回)。いずれも午前10時～正午。  
 会場1階「和室」。  
 指導地域の囲碁指導協力者。  
 対象東区在住の小学3～6年生の初心者の方。  
 費用・定員無料。20人。  
 持ち物筆記用具。  
 申込12月19日(火)午前9時～午後5時に電話で申し込み。定員に満たない場合は、以降12月28日(木)まで先着順で受け付け。

## ■おはなしの会

日時内容12月16日(土)午前11時～正午。「冬のスペシャル」。







# 年末年始の業務案内



## ■窓口業務

12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。詳細は、本誌34・35ページをご覧ください。

なお、出生・死亡届などの戸籍の届け出は、休みの間も区役所日直室で受け付けます。

※年末年始は、窓口の混雑が予想されますので、お早めにお越しください。



## ■区役所特別相談

12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。

詳細 総務企画課広聴係 ☎741-2400

相談内容	相談日	時 間	年末最終	新年最初
家庭生活相談 (家庭生活カウンセラー)	火～金曜	午前10時～正午 午後1時～4時	12/28(木)	1/4(木)
行政相談 (行政相談委員)	火曜	午後1時～4時	12/26(火)	1/9(火)
交通事故相談 (交通事故相談員)	水曜	午前9時30分～正午 午後1時～4時	12/27(水)	1/10(水)
法律相談 (弁護士) 要予約・面談のみ	第2・4 月曜	午後 ※当日午前9時から電話で予約受け付け。 (先着8人)。	12/25(月)	1/22(月)

## ■ごみ収集

ごみステーションの収集は、12月30日(土)から1月3日(水)まで休みます。

大型ごみ収集の申し込みは、12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。なお、12月26日(火)以降の申し込み分は、新年度収集になります。

※年末年始は、収集時間が通常と違う場合があります。ごみは必ず収集日当日の午前8時30分までにお出しください。



詳細 東清掃事務所 ☎781-6653

区 分	収集地区	年末最終	新年最初
燃やせるごみ	月・木曜の地区	12/28(木)	1/4(木)
	火・金曜の地区	12/29(金)	1/5(金)
燃やせないごみ	水曜の地区	12/27(水)	1/10(水)
	木曜の地区	12/28(木)	1/4(木)
資源物	金曜の地区	12/29(金)	1/5(金)
	月曜の地区	12/25(月)	1/8(祝)
◎びん・缶・ペットボトル ◎プラスチック	火曜の地区	12/26(火)	1/9(火)
	水曜の地区	12/27(水)	1/10(水)
	木曜の地区	12/28(木)	1/4(木)
	金曜の地区	12/29(金)	1/5(金)
大型ごみ (電話申し込みによる戸別有料収集)	東区全域(水曜)	12/27(水)	1/10(水)
申し込み・問い合わせ専用電話 大型ごみ収集センター ☎281-8153			

## ■区民センター ※12月29日(金)、30日(土)のご利用については、お問い合わせください。

12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。ただし、事前に貸室予約がある場合は、12月29日(金)、30日(土)も営業します。

これは平成18～19年度に、東区民センターのみが試験的に実施するものです。

貸室使用申し込みは、12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。この期間の申し込みは12月28日(木)に繰り上げて受け付けします。

図書室は、12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます(本の返却もできません)。  
詳細 東区民センター ☎742-5500

## ■区内各地区センター

12月29日(金)から1月3日(水)まで休みます。

休館期間中の貸室使用申し込みは、12月28日(木)に繰り上げて受け付けします。

また、この期間は図書室も休みます(本の返却もできません)。

## 東区成人式のご案内



詳細 地域振興課地域活動担当 ☎741-2400

日時 1月8日(祝)午後2時～4時  
(式典は午後2時30分～3時)。

会場 コミュニティドーム「つどーむ」  
(栄町885番地1)。

対象 昭和61年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方で、東区に住民登録または外国人登録をしている方。

対象となる方には案内状をお送りします。12月15日(金)までに届かない場合はご連絡ください。

なお、東区にお住まいで住民登録を終えていない方、帰省中の方も参加できますのでご連絡ください。

## 証明書のお渡し方法が変わりました!

住民票や戸籍の証明書をお渡しする際は、プライバシーへの配慮などから、11月1日から「番号表示」のみでお知らせしています。



詳細 戸籍住民課 ☎741-2400



# 区役所へは 公共交通機関で お越してください

区役所へお越しの際は、公共交通機関をご利用くださいますよう、ご協力をお願いします。  
区役所周辺は、駐車禁止となっていますので、路上での駐車はおやめください。  
区役所駐車場をご利用になる方は、交通の妨げにならないよう、順番に並んでお待ちください。  
詳細 総務企画課庶務係 ☎741-2400



## 東区体育館からのお知らせ ☎751-5250

### ■スポーツ教室受講生募集

対象	教室名		曜日	時間	回数	定員	受講料		期間
							一般	65歳以上	
一般男女 (16歳以上)	卓球	初級	金	午前9時～10時50分	10	45	7,000	5,600	1/12～3月下旬
		中級	金	午前11時～午後0時50分	10	45	7,000	5,600	1/12～3月下旬
	バドミントン	初級	火	午前9時～10時50分	10	30	7,000	5,600	1/9～3月下旬
		中級	火	午前11時～午後0時50分	10	30	7,000	5,600	1/9～3月下旬
	テニス	初級A	木	午前9時～10時50分	10	20	8,900	7,100	1/11～3月下旬
		初級B	土	午前9時～10時50分	9	20	8,000	6,400	1/27～3月下旬
		初中級	木	午前11時～午後0時50分	10	20	8,900	7,100	1/11～3月下旬
		中級	土	午前9時～10時50分	9	20	8,000	6,400	1/27～3月下旬
		上級	土	午前11時～午後0時50分	9	20	8,000	6,400	1/27～3月下旬
	ゴルフ		土	午前11時15分～午後0時45分	8	26	7,200	5,800	1/20～3月中旬
	健美操		水	午後1時30分～3時	10	30	5,100	4,100	1/10～3月中旬
	ヨガ		金	午前10時～11時30分	10	30	5,100	4,100	1/12～3月中旬
	リズム体操		水	午前10時～11時30分	10	30	5,100	4,100	1/10～3月中旬
	ソフトエアロ& ステップエアロビクス		木	午後1時30分～3時	10	30	5,100	4,100	1/11～3月中旬
	からだ改善教室		土	午後6時45分～8時	10	30	5,100	4,100	1/13～3月下旬
	のんびりダイエット		土	午後5時30分～6時30分	10	30	5,100	4,100	1/13～3月下旬
パワーヨガ		土	午後5時30分～6時30分	10	30	5,100	4,100	1/13～3月下旬	
すっきりストレッチ		金	午後4時30分～5時30分	10	30	5,100	4,100	1/12～3月下旬	
2～3歳	親子体操		火	午後1時～2時	10	10組	6,100	4,800	1/16～3月下旬
小3～小6	バドミントン	入門	火	午後4時15分～6時	10	30	7,000	—	1/9～3月下旬
			金	午後4時15分～6時	10	30	7,000	—	1/12～3月下旬
	卓球	入門	火	午後4時15分～5時45分	10	15	6,100	—	1/9～3月下旬

**注意** 受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります（一般390円、高齢者130円、高校生230円、小中学生無料）。回数券もあります。  
**申込** 12月12日(火)～17日(日)午前9時～午後8時に、電話または直接窓口で受け付け。定員を超えた場合は、12月19日(火)午後2時より公開抽選。抽選の結果は、12月20日(水)午前9時以降に申込者本人がご確認ください。追加申し込みは12月20日(水)午前9時から受け付け。  
**受講料納入** 受講が決定した方は、12月20日(水)～24日(日)午前9時～午後8時に受講料を納入してください（最終日のみ午後5時まで）。  
**その他** ①身体に障がいのある方は、受講料が65歳以上の方と同額になります。65歳以上の方、障がいのある方は、受講料納入の際に証明できるものをお持ちください。②応募者が少ない場合は開講を中止することがあります。③受講料は保険料・消費税を含みます。

## 広告欄



**飲んだら  
乗るな!**

**飲酒運転は悪質な犯罪!  
罰則が強化されています**

**しない、させない『飲酒運転』**

**飲んだら運転しない・運転するなら飲まない  
飲んだ人には運転させない・運転する人には飲ませない**

年末年始を迎え、お酒を飲むことが多くなります。少しでも  
ら…という気持ちが重大な結果を招きます。

飲酒運転は絶対にやめましょう。

**東区「安心安全なまち」連絡協議会  
東区役所・東区交通安全運動推進委員会**

## 子育て情報掲示板

### 「子育て講座」受講者募集

**日時** 1月25日(休)午後2時～3時30分。

**会場** 東区民センター3階「講義室」。

**対象** 就学前のお子さんの保護者。

**内容** 「子どもの心を守る!」。

**講師** 坂本勤氏(詩画作家)。

**費用・定員** 無料。20人程度。

**申込** 12月13日(水)午前9時から電話で申し込み  
(先着順)。

**その他** 受講中はお子さんをお預かりします(託  
児は東区民センター3階「視聴覚室」)。

**詳細** 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331

## 児童会館だより

- 児童会館では、ほかにもさまざまな行事を行っています。
- 幼児は保護者と一緒に参加してください。
- 申し込みが必要な行事は、本人が直接申し込んでください。

会館	行事名等	日時	対象等
新生児童会館 北8東7 ☎711-1339	カタキ王決定戦	12月25日(月) 午後2時30分～3時30分	参加自由。 持ち物:上靴。
栄西児童会館 北46東5 ☎752-8363	クリスマス会 ～楽しいクリスマス会をするよ	12月22日(金) 午後3時～4時30分	参加自由。
北栄児童会館 北30東6 ☎711-3755	ちびっこクリスマス会	12月15日(金) 午前10時30分～正午	幼児と保護者。 参加自由。
北光児童会館 北18東5 ☎753-6353	15周年記念 クリスマス会	12月16日(土) 午後1時30分～3時30分	幼児以上。150人。 <b>申し込み必要。</b> 参加費100円。詳細はお問い合わせください。
元町南児童会館 北16東16 ☎785-6148	なんでも大会 ～トランプ、ぬりえ、ウノなどのコンテスト	12月12日(火)、13日(水) 午後3時30分～4時30分	小学生以上。 参加自由。
ひのまる児童会館 北38東9 ☎752-1551	ヒノマール祭	12月16日(土) 午後2時～4時	幼児～高校生。 <b>申し込み必要。</b> 参加費100円。詳細はお問い合わせください。
苗穂児童会館 苗穂町5 ☎711-8433	おはなしタイム	12月15日(金) 午後3時30分～4時	幼児以上。 参加自由。
東苗穂児童会館 東苗穂5-2 ☎786-3191	みんなであそぼう ～おおそうじ+お楽しみ会	12月28日(休) 午後1時30分～3時30分	小学生以上。 参加自由。
元町児童会館 北21東18 ☎784-6664	わくわく☆ワンダーランド ～絵本の読み聞かせとクリスマスカード作り	12月14日(休) 午後3時30分～4時30分	小学生以上。参加自由。 詳細はお問い合わせください。
伏古児童会館 伏古10-3 ☎782-5620	むかしあそび検定～たけ返し検定	12月26日(火) 午後3時30分～4時30分	小学生以上。 参加自由。
札幌児童会館 東苗穂9-3 ☎791-5200	たまにはえいがもえいがな ～大型スクリーンでの映画会	12月27日(水) 午後1時30分～3時	幼児以上。 参加自由。
丘珠たから児童会館 北35東23 ☎784-8095	おはなしたから箱	12月19日(火) 午後3時～4時	小学生以上。 参加自由。
丘珠ひばり児童会館 北丘珠4-1 ☎785-6137	ひば10 はっぴーばーすでー ひばり ～10周年のお祝いを行う	12月16日(土) 午後2時～4時	幼児以上。 詳細はお問い合わせください。

告 白 欄





## 第29回東区民文化祭～後半～

10月3日から約1カ月間にわたり行われた「東区民文化祭」。後半も区民の皆さんが丹精込めて育てた菊の展示、盲導犬協会から広報犬「ジャム」も参加したチャリティーバザー、区民講演会などで、来場した区民の皆さんは、大いに楽しみました。



▲菊まつり展 (10/25～28)



▲区民講演会「ジェロントロジー」(10/23)



▲広報犬「ジャム」

▲盲導犬チャリティーバザー(10/31)

## その気になれば料理もできる!!

10月17日、東区民センターで「いきいき男性料理教室」を開催しました。慣れない手つきでしたが、最後には「見た目よし、味よし」のおいしい料理が出来上がりました。



# 東区のパノラマ

トピックス

## ★まちづくり Topics★

### 鉄東地区安心安全なまち連絡協議会

10月19日、鉄東会館で「鉄東地区安心安全なまち連絡協議会」の設立総会が開催されました。代表者が「地域が連携し、今まで以上に安心で安全な鉄東地区にします」と力強く決意表明。今後は、防災・防犯・交通安全など、積極的に活動することを、参加者全員で確認しました。



### 地域安心安全ステーション整備事業

丘珠地区安心安全なまち連絡協議会では、(財)自治総合センターによる宝くじの助成金を活用して、防災・防犯・交通安全の拠点整備のための資機材を整備しています。

パトロールの際に着用する腕章にもこの助成金の一部を活用しています。



## 東区ふれあい子どもまつり

11月5日、東区子ども会育成連絡協議会主催による「東区ふれあい子どもまつり」を開催しました。来場した親子は、ステージ発表、パネル展、縁日などで楽しい一日を過ごしました。

