



手稲区老人クラブ連合会
女性部会



▲市民憲章の賞状を持つ井川女性部会長（前列中央）と役員の方皆さん

みんなで楽しく体操しましょう



昨年、手稲区老人クラブ連合会女性部会は、札幌市民憲章実践優良団体の表彰を受けました。

体操を通じて高齢者の方々の交流と健康づくりに貢献してきたことが、受賞の理由です。

平成10年から行っている「シニア・スポーツの集い」では、毎回100人を超す人々が、歌を歌ったり、演歌や歌謡曲に合わせて体操したりと、心地よい汗を流しています。当初は参加者が女性のみだったそうですが、いつしか評判を聞いた男性のクラブ会員も加わって、いまでは毎月欠かさず参加される方も多そうです。

女性部会長の井川敏子さんは、「体操をきっかけに日ごろ閉じこもりがちな人も家から出て、人との新たなつながりを持ってくれるといいですね。簡単な体操なので初めての方やクラブ会員以外の方も気軽に参加してください」と話してくれました。



▲ステージ上でお手本を示しながら体操を教えてください（上）
おそろいのTシャツ姿で気持ちよく体を伸ばす皆さん（下）

編集 手稲区役所総務企画課広聴係
ホームページ「ていねっていいね」<http://www.city.sapporo.jp/teine/>
〒006-8612 札幌市手稲区前田1条11丁目
☎ 681-2400内線224 FAX 681-6639

手稲山アンテナ群の謎

手稲区のシンボルともいえる手稲山。

山頂には普段何気なく見ている無数のアンテナ群がそびえています。

「このアンテナ群って、いつ、何のために造られたんだろう？」

ふと、そんな疑問を持ったクマオくんは、手稲に関することなら何でも知っているテイーネ博士に、山頂のアンテナ群についていろいろ尋ねているようです。

さあ、私たちもクマオくんと一緒にアンテナ群の謎を解いていきましょう！



クマオくん



テイーネ博士

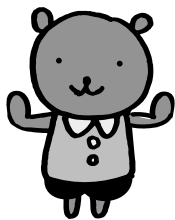
クマオ 博士！前から気になっていたんだけど、手稲山の頂上から生えているトゲみたいなものって何か知ってる？
博士 もちろん知っておるぞ。あれはな、アンテナじゃよ。ア・ン・テ・ナ。
クマオ もしかして、あのアンテナの下で誰かがテレビを見てるとか？
博士 違う違う（笑）。あのアンテナ群は、いろいろな用途に利用されておるんじやが、代表的なのはクマオくんの大好きなテレビやラジオ放送の電波を送り出すアンテナ（送信所）じゃ。なんと、日本初のマウンテントップ方式と呼



ばれるアンテナの設置方法なのじゃよ。
クマオ 日本初なの!?すごいなあ。ところで、マウンテントップ方式って何なの？
博士 高い所から景色を眺めると、いろいろな物が見えるじやろ。それと同じように高い所から電波を出した方が邪魔になるものがなくていろいろな所まで電波が届きやすいのじゃよ。そこで、札幌圏では標高が一、〇二四メートルある手稲山の山頂にアンテナを設置したのじゃな。そして、このように山頂にアンテナを建てる方法をマウンテントップ方式というのじゃよ。
クマオ へえ、知らなかつた。マウンテントップ方式か、覚えておこうっと。ところで、山の上にあるアンテナはどれくらいの高さなの？

博士 高さはアンテナごとに違うんじやが、アンテナを設置する台（鉄塔）の部分を含めると山頂の地面からだいたい数十メートルもの高さじやな。左の写真はわしが手稲山に登ったときの写真なんじやが、とても高いのが分かるじやろ。ちなみに白丸で囲ったのがわしじや。どれくらい高いか、なんとなく分かるじやろ。
クマオ ホントだ。博士がすごく小さく見えるね。
博士 次のページではアンテナに関するクイズを出してみよう。クマオくんは分かるかな。

クマオ うん、頑張るよ。



▲博士とアンテナ

クマオ くすん、くすん。全然分からなかったよお。博士 ほっほっほ。クマオくんにはちよっと難しすぎたかもしれないのう。

クマオ 博士のいじわる。博士 すまんすまん。それは、クイズの解答も含めて、手稲山アンテナ群の歴史を少し紹介しようかのう。

クマオ わーい。



手稲山に最初のアンテナ（送信所）が建設され、利用され始めたのはいつでしょう。

第1問

- (A) 昭和31年（1956年）
- (B) 昭和32年（1957年）
- (C) 昭和34年（1959年）
- (D) 昭和43年（1968年）
- (E) 昭和47年（1972年）
- (F) 平成元年（1989年）



手稲山のアンテナ（送信所）を最初に利用して放送したのはどの放送局でしょう。

第2問

- (A) NHK札幌（日本放送協会札幌放送局）
- (B) HBC（北海道放送）
- (C) STV（札幌テレビ放送）
- (D) HTB（北海道テレビ放送）
- (E) uhb（北海道文化放送）
- (F) TVh（テレビ北海道）



アンテナ群の歴史

札幌圏でのテレビ放送は、今からおよそ50年前、昭和31年のNHK札幌の開局にまで遡ります。この時、アンテナ（送信所）として使用されたのは、大通公園に位置している「さっぽろテレビ塔」でした。これに対し、NHK札幌に次いで、昭和32年4月からテレビ放送を開始するHBCは旧手稲町（昭和42年札幌市

と合併）の手稲山にアンテナ（送信所）を設置し、放送を開始しました。これが手稲山に最初に設置されたアンテナになります。

その後、昭和44年までに、「さっぽろテレビ塔」を利用して電波を送信していた放送局も手稲山にアンテナを設置し、すべてのテレビ放送局が手稲山からテレビ電波を送信するようになりました。

現在、「さっぽろテレビ塔」からはテレビ放送用の電波は送信されておらず（NHK札幌のテレビ電波を手稲山のアンテナに向けて反射して送る「反射中継」は行われている）、主にFMラジオの都心向け中継放送所として利用されています。

博士 これでクイズの答えが分かったじゃろう。

クマオ え〜と…どちらもBが答えかな。

博士 正解じゃ。

クマオ やった！僕、すごく勉強したような気分だよ。

博士 それでは、最後にとっておきの問題を出そう。これは難しいぞ。

クマオ 分かるかなあ…。

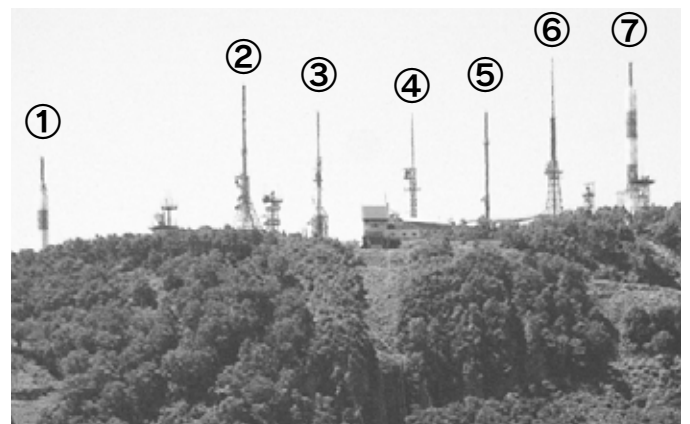


地上デジタル放送と手稲山

地上デジタル放送が昨年6月1日から開始され、アナログ放送は平成23年7月24日で放送が終了する予定になっています。

それに伴い、ここ数年でデジタル放送用のアンテナが新たに建設され、アンテナの本数は増加してきました。

データ放送やハイビジョン放送など、これからの情報化社会に向けて手稲山アンテナ群の重要性はますます高くなっていくことでしょう。



最後の問題はかなりの難問じゃ！これは区役所方向から撮影した写真じゃが、写っているアンテナ（鉄塔）のうち、デジタル放送の開始に伴い、新設されたものはどれか分かるかな？
正解はこのページのどこかじゃ。



ヒント
新設されたアンテナは2本です。

NHK札幌（日本放送協会札幌放送局）
HBC（北海道放送）
STV（札幌テレビ放送）
HTB（北海道テレビ放送）
uhb（北海道文化放送）
TVh（テレビ北海道）



▲お年寄りと一緒に買い物へ

買い物ボランティア
坂道が多い手稲本町見晴台南町内会には、75歳以上の高齢者の世帯が多く、冬になると転倒が心配で外出しない方が増えています。そこで町内会では、気心の知れている町内会の人たちが、お年寄りと一緒に買い物に行く「買い物

厳しい冬の到来。この時期、雪対策は地域にとって最大の課題と言っても過言ではありません。手稲山のふもとからJR手稲駅の南口まで広がる手稲本町地区では、冬を楽しみ、そして安心・快適に暮らせるように、地域の人たちが知恵を出し合い、力を合わせてまちづくりをしています。



▲凍結した通学路に砂をまく小学生

除雪ボランティア
本年度、手稲中央地区福祉のまち推進センターが札幌稲雲高校の生徒と一緒に、雪か

ボランティア」を、平成17年から実施しています。お年寄りの見守りと、住民間の交流を深める、ご近所ならではの取り組みです。
砂まきボランティア
また、手稲中央小学校の5、6年生のうち、希望する児童が登下校時にベットボトルに入れた砂を、凍結した通学路にまく「砂まきボランティア」を平成18年から行っています。自分たちだけでなく、次に通る人が転倒しないための取り組みです。



▲手稲まちづくりセンター
☎681-2131

3月号は星置まちセンから。

手稲本町地区では、雪と寒さが続く冬でも住みよいまちにするため、皆で力を合わせてまちづくりの輪を広げていきます。

手稲山雪の祭典
一方、手稲山を会場に開催される、冬を楽しむイベント「手稲山雪の祭典」の運営に、地域のまちづくり協議会「手稲ふるさと軽川塾」が積極的にかかわるなど、大勢の地域住民が祭典を支えています。

きができないお年寄りなどの家庭を訪問し、家の周囲を除雪する「除雪ボランティア」を行います。地域住民と高校生が力を合わせて除雪に取り組み初めての試みです。

まちづくりセンター情報

まちづくりセンターから、イベントなどの情報をお届けします。参加ご希望の方はお問い合わせください。

実施日	行事名	会場	問い合わせ先
2月11日(祝)	新発寒 「雪に親しむつどい」	新発寒地区7会場	新発寒まちづくりセンター ☎684-5557
3月1日(木)	新発寒「地域福祉講習会」 (講話と落語)	新発寒地区センター	

ていね お知らせ

2月11日から3月10日までの区内の情報です

人口 138,536人 (-33)
世帯数 53,182世帯 (+29)
()内は前月比
1月1日現在

曙図書館から

◆楽しいお話を

2月17日(土)、24日(土)、3月3日(土)、10日(土)の午後2時30分～3時。

◆子ども映画会

2月17日(土)、3月3日(土)の午後3時5分から30分程度。

※2月14日(水)は施設点検日、28日(水)は図書整理日のため休館となります。

【詳細】曙図書館(曙2条1丁目) ☎(685)4946

手稲老人福祉センター 健康・生きがいづくり講座

内容 下表のとおり。

会場 手稲老人福祉センター(曙2条1丁目)。

対象 市内にお住まいの60歳以上で当該講座を受講したこ

とがない方。

費用 受講は無料ですが、教材費が必要です。

申込 2月13日(火)～27日(火)に本人が同センターへ直接。電話不可。多数時抽選。
※年齢と住所を証明するものをご持参ください。

講座名	曜日	期間	定員
パソコン講座(初級)	木	6カ月(月4回)	6
ペン習字	金	1年(月3回 ※園芸は月2回)	28
書道	木		28
園芸	水		30
生け花	火		16
皮革工芸	火		12
木彫	月	12	

【申込先・詳細】手稲老人福祉センター ☎(684)3131

西老人福祉センター 休館のお知らせ

施設の大規模な改修工事のため、平成19年6月1日(金)予定)から、数カ月間(期間未定)休館いたします。休館期間中は、他の老人福祉センターをご利用いただくようお願いいたします。

なお、不明な点は、西老人

福祉センターへお問い合わせください。

【詳細】西老人福祉センター(西区二十四軒4条3丁目) ☎(641)4001

国保からのお知らせ

◆忘れていませんか

平成18年度国民健康保険料の第8期納期限が過ぎています。納め忘れのある方は、お早めに納付してください。また、病気や失業などで昨年中の収入が大幅に減少して保険料の納付が困難な方は、申請により保険料が減免になる場合がありますのでご相談ください(源泉徴収票や給料明細書など世帯全員の昨年中の収入が分かるものをお持ちください)。

夜間相談日 2月15日(木)、20日(火)、22日(木)、27日(火)の午後8時まで。

休日相談日 2月25日(日)午前9時～午後2時30分。

場所 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

◆口座振替のご利用を
保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。お申し込みは、預金口座のある金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。

【詳細】保険年金課収納係 ☎(681)2400内線394・395

夜間休日納税相談

市税の納付や相談について、平日に時間の取れない方はぜひご利用ください。

夜間相談日 3月5日(月)～9日(金)午後8時まで。

休日相談日 3月10日(土)、11日(日)午前9時～午後4時。
場所 区役所2階④番窓口(前田1条11丁目)。
【詳細】納税課 ☎(681)2400内線265～271・275

1月号ていねくクロスワード2007解答

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

A～Fを並べかえた「オトメノタキ」が正解です。

正解者の中から抽選で15の方に、手稲区特製共通ウイズユーカードをお送りいたします。なお、当選者の発表は、カードの発送をもって代えさせていただきます。

1	エ	ノ	キ	オ	オ	ハ	マ
			6	7			
コ		タ	デ	カ			エ
8	9	ラ	イ	10	シ	11	ダ
12	シ		13	ズ	ラ		
フ		15	ド	イツ		16	ア
		18	カ	ウ	シ		ナ
21	メ	ン	ト	22	リ	23	セ
イ		25	ウ	オ	キ		グ

【詳細】総務企画課広聴係 ☎681-2400内線224～226

ーがん検診のお知らせー

40歳以上の方を対象に、胃がん、大腸がん検診を行います。以下の日程で実施しますので、ご利用ください。

日時 2月27日(火)
午前8時45分～10時
会場 保健センター1階(前田1-11)
料金 胃がん検診のみ : 700円
大腸がん検診のみ : 600円
上記の両方 : 1,100円

※老人保健法医療受給者と生活保護世帯の方および市民税非課税世帯の方は無料ですので、証明書を持参してください。

申込 事前予約制。同センターに直接か電話で申し込み。申し込み後に受診票と大腸がん検診検体セットを受け取りに同センターまでお越しください。

【申込先・詳細】保健センター ☎681-1211

留守家庭のお子さんのために児童クラブなどを開設しています。詳しくは全市版24、25ページをご覧ください。

■児童クラブ開設の児童会館
(※は小学校内に開設しているミニ児童会館)

会館名	所在地	電話番号
手稲前田	前田2条12丁目1-4	682-2070
稲穂	稲穂3条5丁目9-23	684-0901
あけぼの	曙9条1丁目9-40	685-4821
富丘	富丘3条6丁目2-7	685-9393
西宮の沢	西宮の沢2条4丁目5-35	681-6940
いなづみ	前田4条4丁目2-13	684-3072
前田しらかば	前田8条15丁目17-25	694-2474
星置	星置2条7丁目3-1	684-4610
新発寒	新発寒6条4丁目15-1	685-7343
金山	金山3条2丁目1-30	695-0919
※富丘小	富丘1条6丁目	685-3797
※前田中央小	前田8条12丁目	695-7766
※星置東小	星置2条1丁目	694-7595
※前田小	前田6条11丁目	688-1828
※新発寒小	新発寒2条2丁目	299-5066

■民間施設方式児童育成会

育成会名	所在地	電話番号
金山わくわくクラブ	金山2条2丁目3-1	683-7140

手稲区以外の施設所在地はお問い合わせください。

(詳細) 子ども企画課 ☎211-2982

敬老優待乗車証の受取郵便局の変更について

平成19年4月からご利用の敬老優待乗車証については、2月上旬に申請書を送付します(全市版26ページ参照)。次の地域にお住まいの方は、乗車証の受取郵便局が変更になります。

対象地域	現郵便局	新郵便局
前田4条13～15丁目 前田5条14～15丁目	手稲曙通郵便局	手稲駅前郵便局 (前田1-12)
稲穂1～4条6丁目 稲穂3～4条7丁目	手稲金山郵便局	手稲稲穂二条郵便局 (稲穂2-3)
曙2条5丁目	手稲曙通郵便局	手稲星置駅前郵便局 (星置1-3)
稲穂1条7～8丁目 稲穂2条7～8丁目 星置南1～4丁目	手稲金山郵便局	
手稲山口(番地) 250・255・259・282・ 283・295・321～328、 478～493、505～843	手稲曙東郵便局	

(詳細) 保健福祉課給付事務係 ☎681-2400内線356

中学・高校生の
児童会館夜間利用について

稲穂児童会館(水・木曜日)と富丘児童会館(火・木曜日)では、中学・高校生を対象に、午後6時から9時(中学生は7時)まで夜間開放しています。スポーツや友達とのおしゃべりなど、自由な居場所としてぜひ利用してください。所在地は右の表の児童会館一覧をご覧ください。

(詳細) 子ども企画課 ☎211-2982

手稲コミュニティ
センターから

◆卓球大会

内容 ABCクラス別に混合ダブルス(ペアは抽選)で行います。

日時 2月25日(日)午前9時30分～午後3時

対象 区内にお住まいの30歳以上の方。

定員 60人(男女各30人)。

参加料 1人400円(申し込み時にお支払いください)。
申込 2月15日(木)、16日(金)の

星置地区

センターから

◆第11回親睦囲碁大会

日時 2月25日(日)午前10時～午後4時

場所 同センター体育室。

対象 区内にお住まいの方。
定員 ①四段以上の部、②初段～三段の部、③級位者の部

午前10時から同センター窓口で直接。電話不可。先着順。
(申込先・詳細) 手稲コミュニティセンター(手稲本町3条1丁目) ☎(681)2133

各16人。
参加料 300円(大会当日お支払いください)。
申込 2月15日(木)午前9時～午後5時に同センターへ電話。先着順。

昼食 各自ご用意ください。
(申込先・詳細) 星置地区センター1(星置2条3丁目) ☎(695)3220



広告欄

2007年手稲山雪の祭典

日時 3月4日(日)午前10時～午後2時
会場 メーン会場：ロッジ・ていね前特設広場
 第2会場：サッポロテイネオリンピックゾーン
 聖火台エリア

両会場までの無料送迎バスを運行します！
 (運行コースはお問い合わせください)

種目 ●オープニングセレモニー
 (開会式・耐寒ラジオ体操会ほか)
 ●そり滑りコーナー
 ●そのほか、楽しいアトラクションを多数予定
 しています

当日来場の皆さまに
 ・北海道日本ハムファイターズ戦の招待券を
 プレゼント！
 ・あたたかい豚汁もあります
 (いずれもメーン会場で。なお、数に限りがあります)

イベント参加者募集中

2月21日(水)まで

- 子ども雪合戦大会
 1チーム5人による団体戦。区内にお住まいの小学生で、登録は7人まで可能。
 定員20チーム(先着順)
- 手稲山を歩こう(冬の樹林観察会)
 手稲山の冬の自然を満喫!「かんじき」、「歩くスキー」などの雪上を歩ける装備でご参加を(若干の貸し出し可能)。
 定員30人(先着順)
- ジャイアントスラローム大会
 年代別、男女別の7クラス。
 定員200人(先着順)



申込先・詳細 手稲山雪の祭典実施委員会事務局(地域振興課まちづくり推進係内) ☎681-2400内線229

税の申告受け付けが始まります

	所得税の確定申告	所得税の還付申告(給与所得者・年金受給者)	住民税の申告	
会場	札幌西税務署(下図) (西区発寒4条1丁目)	手稲区民センター2階区民ホール (手稲区前田1条11丁目)	市民会館 (中央区北1条西1丁目)	手稲区役所2階E会議室 (手稲区前田1条11丁目)
期間	2月16日(金) ～3月15日(木)	2月14日(水) ～2月28日(水)	2月1日(木) ～2月28日(水)	3月1日(木) ～3月15日(木)
時間	※通常、土・日曜日、祝日は休みですが、2月18日(日)、25日(日)に限り相談を受けます。 午前9時～正午 午後1時～5時	土・日曜日、祝日はお休みです。 午前9時30分～正午 午後1時～4時	土・日曜日、祝日はお休みです。 午前9時30分～午後4時	土・日曜日、祝日はお休みです。 午前8時45分～正午 午後1時～5時15分
詳細	札幌西税務署 (西区発寒4条1丁目) ☎666-5111	札幌国税局税務相談室札幌西分室 (札幌西税務署内) ☎666-5150	手稲区課税課市民税係 ☎681-2400 内線282～284・287	

- 申告の際には、給与所得者・年金受給者は源泉徴収票を、生命保険料・医療費などの各種控除を受ける方は証明書(領収書など)が必要となりますので、忘れずにお持ちください。
- 所得税の確定申告をした方は、住民税の申告をする必要はありません。
- 確定申告書は、ご自分で記入の上、郵送などにより札幌西税務署に提出されるようお願いいたします。
- 還付申告のみの方は、早めに市民会館をご利用されることをお勧めします。
- ※源泉徴収税額のある方で所得税の精算がお済みでない方は、所得税の申告対象者です。
- ※各会場とも初日は相当の混雑が予想されます。ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。



なお、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の「確定申告書等作成コーナー」を利用すると、確定申告書が簡単に作成できます。自動で検算もでき、計算誤りなどを防止できますので、ぜひご利用ください。

ウォッチング・ていね

手稲区タウントーク 12/15

上田市長と語るタウントークを手稲区民ホールで開催。約200人の市民が訪れ、まちづくりについて活発な意見交換が行われました。

▶会場の様子
▼上田市長



▲雪かきボランティアをしている大学生も発言

手稲わいわいひろば 1/12

地域の人々とともに、中・高校生、大学生などもボランティアとして参加。手稲稲積公園に、子どもたちの明るい笑い声が響き渡りました。

▶2人乗っても平気



◀だんだん加速するよ。
みんなつかまって

平成19年手稲区成人式 1/8

新成人1,304人が会場の手稲区体育館に集いました。10年前に描いた「小学生の夢 10年後のわたしたちのまち こうだといいなあ」の絵が返還され大にぎわいでした。



▶新成人の代表が
司会を務める一幕も



▲正装の友人たちが集って（上・下）



▲私の描いた絵はどれかしら（上）
10年前の夢と一緒に撮影を（下）



▲晴れ着に笑顔が映えます

広告欄