

あわづが

2007
8

区民のページ

7月1日現在 ()は前月比
厚別区の人口・世帯数
人口 129,288人 (-83)
男 59,974人 (-31)
女 69,314人 (-52)
世帯数 53,342世帯 (-8)

厚別区総務企画課広聴係
編集
〒004-8612
厚別区厚別中央1条5丁目
TEL 895-2400 内線224~226
FAX 895-2403

今月号から、厚別区でさまざまな活動をしている「厚別人」を紹介していきます

あつべっじん
厚別人
- 厚別人とは -
厚別区で、魅力ある
さまざまな活動をして
いる人の総称です

北海道一の 町内会広報



下野幌町内会会長

松山 瑞穂 さん

Profile(プロフィール)

まつやま・みのる 平成18年4月から、
下野幌町内会会長を務める。地域の
情報を知ってもらうため広報誌づくりに
力を入れるなど、精力的に町内会
活動を行っている。

下野幌町内会だより誕生

「―地域のことをもっと知
ってもらいたい―この思いが、
『下野幌町内会だより』誕生
のきっかけでした」と、松山
さんは振り返ります。そのこ
ろは、地域の情報を回覧板な
どで回しても、ほとんど見て
もらえませんでした。そこで
誌面のカラー化が重要と考え、
写真をふんだんに使って地域
の行事や歴史などを紹介する、
町内会広報誌『下野幌町内会
だより』を創刊しました。

取材から編集、印刷まで、
すべて松山さんが一人で行い、
平成十八年五月から、隔月で
町内会区域へ配布し始めまし
た。少しずつですが行事に参
加する人が増え、広報誌を見
ましたと声を掛けてもらえる

機会も多くなりました。
全道一に輝く

広報誌には、地元の子ども
やお年寄りの写真を多く掲載
するなど、読んでみたくなる
工夫がちりばめられています。
そうした努力が認められ、
北海道町内会連合会が開催し
た二〇〇六年度町内会・自治
会広報コンクールの単位町内
会部門で見事、最優秀作品に
選ばれました。

松山さんは「地域の皆さん
に、おめでとうと言ってもら
えたのが、なによりうれし
かった」と、笑顔で話します。
今後は、誌面に住民参加型の
楽しめるコーナーも作る予定
です。「人の輪を広げ、地域
の人と人をつないでいくよう
な広報誌にしていきたい」と、
夢を語ります。

全道一に輝いてからも、松
山さんの挑戦は続きます。



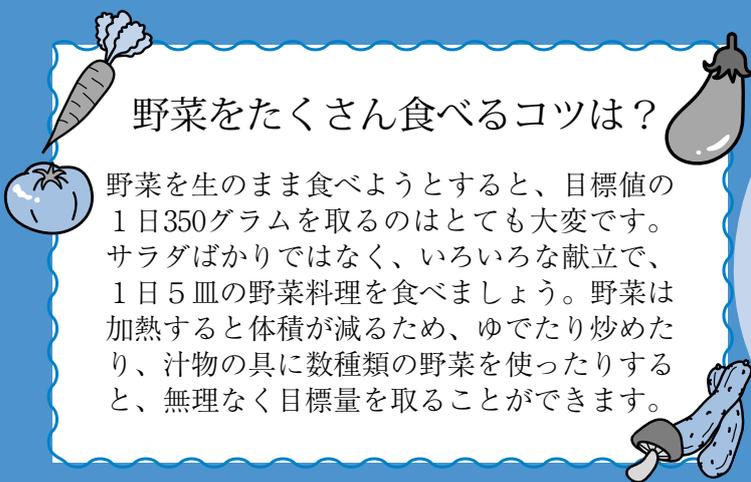
厚別人は、厚別区役所ホームページでも紹介しています。また、厚別人の
情報がありましたら、総務企画課広聴係(右上)へご連絡ください。

札幌市民は、野菜が不足気味です！



8月は野菜摂取強化月間

もっと野菜を食べよう！



野菜をたくさん食べるコツは？

野菜を生のまま食べようとすると、目標値の1日350グラムを取るのとはとても大変です。サラダばかりではなく、いろいろな献立で、1日5皿の野菜料理を食べましょう。野菜は加熱すると体積が減るため、ゆでたり炒めたり、汁物の具に数種類の野菜を使ったりすると、無理なく目標量を取ることができます。

札幌市民は野菜摂取不足！！

近年、食べることの大切さが見直され、食品や栄養についての情報が数多くあります。札幌市の市民健康づくり運動「健康さっぽろ21」では、健康のため1日300グラム以上の野菜（緑黄色野菜100グラム、その他の野菜200グラム）を食べることを勧めています。札幌市では、もっと野菜を食べる習慣を持ってもらうため、旬の野菜が多い8月を「野菜摂取強化月間」、さらに毎月1日を「野菜の日」として、料理教室の開催や野菜レシピの配布などを行っています。

しかし、平成18年に実施した札幌市健康・栄養調査では、市民が1日に食べる野菜の量は1人当たり200グラムしかなく、すべての世代で野菜摂取量が不足していることが分かりました（下グラフ「野菜摂取量の平均値」参照）。

野菜の効用

野菜は、体の調子をを整え、病気になるにくくするビタミン、ミネラルが豊富です。腸の働

きを良くする食物繊維も多く含むため、便秘の予防に役立ちます。ほかにも病気や老化の予防に関係のある酸化防止性や発がん抑制などのさまざまな生理的機能性があることが分かっています。しかも野菜は低カロリーのため食べても太りにくく、安心してたくさん食べることができます。

バランスが大切

野菜たっぷりのバランスのよい食事は元気の源です。何をどれだけ食べれば良いかというバランスを分かりやすくイラストで表したのが「食事バランスガイド（右下イラスト）」です。コマをイメージした形で、食事バランスが悪いと倒れてしまいます。厚別保健センターで資料を配布しておりますので、お気軽にお問い合わせください。

厚別区役所の取り組み

厚別保健センターでは8月29日(水)に旬の野菜を使った調理実習や栄養講話を予定しています（申込先は厚別4ペーシ）。また、厚別区役所食堂では、8月1日(水)、8日(水)、

◆食事バランスガイド◆

1日エネルギー量が2200キロカロリーの例



厚生労働省・農林水産省決定

簡単に野菜を分類してみよう！



主な緑黄色野菜

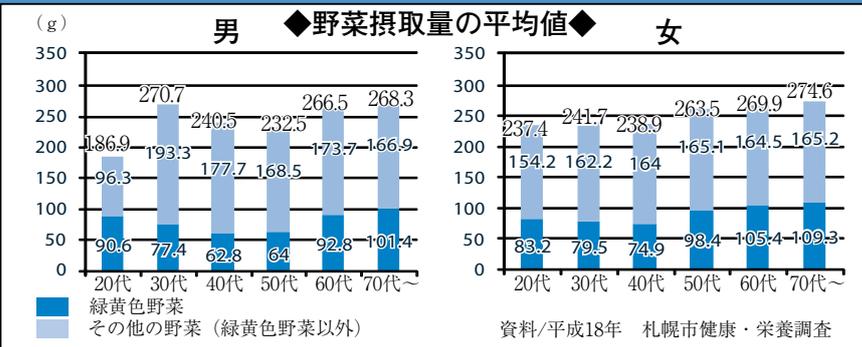
ニンジン、ホウレン草、カボチャ、ブロッコリー、ピーマン、トマト、アスパラガス、サヤエンドウ、モロヘイヤなど

その他の野菜

ナス、キュウリ、キャベツ、玉ネギ、ブ、白菜、大根、タスなど

※緑黄色野菜とは、新鮮な状態で100グラム中のベータカロチンが600μg以上含まれた野菜のことです。

22日(水)に、保健センター管理栄養士がレシピを作った野菜たっぷりの献立を提供します。



バランス食ならお任せ！
厚別区食生活改善推進員協議会



子ども会クッキングの様子

健康的な食生活を広めるため地域で活動するボランティア組織です。料理教室などを開催し、食事の大切さを伝える活動をしています。

7月中旬から8月上旬にかけて、区内各地区で夏野菜のお勧め料理講習会を開催しました。そのレシピが8月20日(月)から「ヘルスメイトおすすめ！野菜たっぷり料理集」として厚別保健センターで配布されます。レシピから1品、紹介してもらいました！

厚別西地区推進員お薦め

レンジで簡単！豪華！ヘルシー！

スタッフド赤ピーマン

※「スタッフド」とは、英語で「詰め物をした」という意味です。

1人分 167^{キロカロリー}、野菜 230^{グラム}



●材料(2人分)●

- | | |
|-----------------------------|-----------------------|
| ①スナップエンドウ 90 ^{グラム} | <ソース用材料> |
| ②ジャンボ赤ピーマン 2個 | ⑦青のり 2 ^{グラム} |
| ③レンコン 90 ^{グラム} | ⑧だし 大さじ2 |
| ④とりささみひき肉 90 ^{グラム} | ⑨みりん 小さじ2 |
| ⑤片栗粉 適宜 | ⑩しょうゆ 小さじ1 |
| ⑥白みそ 小さじ2 | |

●作り方●

- ①は、ゆでた後、飾り用に4つ残し、ほかは細切りにする。③は皮をむいてすりおろし、④⑥と練り混ぜ、細切りにした①を加えて混ぜる。
- ②の上部をふたになるように切り、スプーンで種とわたを取って、内側に⑤をはたく。中に1で作ったものを詰め、上部でふたをする。1個ずつラップで包み、電子レンジで1個当たり5分ほど加熱する。
- 器に盛り、とっておいた飾り用の①を添え、ソースをかけて完成！

料理は楽しい！男性料理グループ
「男の食彩」



7月の調理実習の様子

保健センターが平成19年2月に開催した「男性のための楽々クッキング」の参加者が作ったグループです。会員21人で、月1回、楽しみながら食を通した健康づくりをしています。

調理実習で作成した、道産野菜をたくさん使った料理のレシピを紹介します！

野菜たっぷりスープカレー 1人分 466^{キロカロリー}
野菜 240^{グラム}

●材料(2人分)●

- | | |
|-------------------------|----------------|
| ①とり手羽元 4本 | ⑫卵 1個 |
| ②ニンジン 1/2本 | ⑬昆布だし汁 2カップ |
| ③ジャガ芋 1個 | ⑭ガラスープ 2カップ |
| ④ピーマン 1個 | ⑮固形スープの素 2個 |
| ⑤ナス 1本 | ⑯砂糖 小さじ1/2 |
| ⑥カボチャ 40 ^{グラム} | ⑰トマトペースト 大さじ1 |
| ⑦ヤングコーン 4本 | ⑱カレー粉 大さじ1/2 |
| ⑧玉ねぎ(M) 1/2個 | ⑲パプリカ 小さじ1/2 |
| ⑨セロリ 1/4本 | ⑳ターメリック 小さじ1/2 |
| ⑩ショウガ 1/2片 | |
| ⑪ニンニク 1/2片 | |



●作り方●

- ①は塩、コショウし、フライパンで表面に焼き色をつける。②は2等分に切る。③は半分に切り、ゆでる。④は縦半分に切る。⑤は縦半分に切り、皮に切り込みを入れる。⑥は厚さ5ミリに切る。④～⑥は、油で色よく揚げる。⑫はゆで、殻をむき半分に切る。⑧～⑪は、みじん切りにする。
- 鍋にサラダ油を熱し、⑧～⑪を炒め、しんなりしたら⑭を加え、ミキサーにかける。鍋に戻し⑬と合わせ、①②を入れ、中火で柔らかくなるまで煮る。
- ⑮～⑲を加え、20分煮込む。③⑦を加え、塩、コショウで味付け。
- スープ皿に盛り、ゆで卵、④～⑥を盛り付け、完成！

野菜レシピ、パンフレットの配布

野菜レシピやパンフレットを、厚別区役所1階健康情報コーナーや厚別保健センターロビーで配布しています。



厚別保健センターロビーの様子

「毎月1日は野菜の日」PRソング
「やさい食べちゃオ！」が無料で…

札幌市職員で構成する「ブービーバンド」が、軽快なリズムにのせて野菜を紹介します。札幌市健康衛生情報ホームページで無料ダウンロードできます！

<http://www.city.sapporo.jp/eisei/>



厚別区からの

お知らせ

8月11日～

主な札幌市施設・窓口の一覧

- 厚別区役所 ☎895-2400(代表)
〒004-8612 厚別中央1の5
- 厚別保健センター ☎895-1881
〒004-8612 厚別中央1の5
- 厚別区土木センター ☎897-3800
〒004-0007 厚別町下野幌45-39
- 各地区のまちづくりセンター
- 厚別中央 ☎891-3907
〒004-0054 厚別中央4の3
- 厚別南 ☎891-1666
〒004-0022 厚別南1
- 厚別西 ☎891-4555
〒004-0062 厚別西2の3
- もみじ台 ☎897-6121
〒004-0014 もみじ台北7
- 青葉 ☎892-8177
〒004-0021 青葉町3
- 厚別東 ☎897-2885
〒004-0004 厚別東4の4
- 厚別図書館 ☎894-1590
〒004-0051 厚別中央1の5
- 厚別区民センター ☎894-1581
〒004-0051 厚別中央1の5
- 厚別西地区センター ☎896-2000
〒004-0064 厚別西4の4
- 厚別南地区センター ☎896-3000
〒004-0022 厚別南7
- 厚別区体育館 ☎892-0362
〒004-0052 厚別中央2の5

厚別保健センターから

■市民健康教育

▽内容 加齢に伴う目の疾患について。

▽日時 8月29日(水)午後1時30分～3時。

▽会場 厚別区民センター。

▽講師 サンピアザただ眼

科院長 武田守正氏。

▽費用 無料。直接会場へ。

■大人のための歯磨き教室
歯周病をしっかりと予防

▽内容 歯周病予防のための歯磨き方法、唾液を使った簡単な歯周病検査、歯磨き圧測定など。

▽日時 9月14日(金)午後1時30分～3時。

▽会場 厚別保健センター。

▽対象 ご自身の歯がある方。

▽定員・費用 20人。無料。
▽持ち物 普段お使いの歯ブラシ。

▽申込方法 8月20日(月)午前8時45分から電話で(先着順)。

■旬の野菜でクイッククッキング

▽内容 野菜を使った調理実習、栄養講話。

▽日時 8月29日(水)午前9時30分～正午(受付午前9時15分から)。

▽会場 厚別保健センター。

▽定員・費用 20人。無料。

▽申込方法 8月13日(月)午前8時45分から電話で(先着順・17日(金)まで)。

■いきいき生活体験講座

▽内容 生活習慣病を予防し、楽しみながら健康づくりの輪を広げる3回連続の講座。

●いきいき生活体験講座の日時・会場・申込方法

月日	時間	内容	場所
8/23(木)	午後1時45分～3時45分	ステップ1～ストレッチ、ウォーキング、交流会	厚別区体育館
8/27(月)		ステップ2～食事のお話、食生活セルフチェック、体力測定ほか	厚別保健センター
8/31(金)	午前9時45分～11時45分	ステップ3～ピラティス、交流会	
▽申込方法 8月13日(月)から電話で厚別保健センターへ(先着順)。			

■地区健康相談

月日	受付時間	実施会場
8/23(木)	午前9時30分～11時	もみじ台東第1集会所(もみじ台東1)
	午後1時30分～3時	厚別老人福祉センター(厚別中央1の7)
9/7(金)	午前9時～11時	パークシティ大谷地集会所(大谷地東7)
	午後1時30分～3時	厚別西会館(厚別西2の3)
9/10(月)	午前9時～11時	森林公園パークハウス西参番街C棟コミュニティホール(厚別北2の4)
	午後1時30分～3時	大谷地団地町内会館(大谷地西3)

▷対象	職場などで健康診断を受ける機会のない方。
▷検査項目	①健康相談(血圧測定・尿検査) ②血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖検査など)=40歳以上の方 ③胸部エックス線撮影=40歳以上の方 ④心電図検査=40歳以上で医師が必要と認めた方 ⑤口腔内視診=65歳以上の方 ⑥肝炎ウイルス検査=満40歳で希望する方
▷費用	無料(心電図検査を受けた場合は1,200円、肝炎ウイルス検査を受けた場合は400円。70歳以上の方は免除になります)。
▷その他	氏名・年齢・住所を確認できるもの(健康保険証・運転免許証など)と健康手帳(お持ちの方)をご持参ください。予約不要。直接会場へ。詳しくは、厚別保健センターへ。

子育て講座

「いきいき子育て」

楽しく子育てするために、

親子のよりよい関係について学ぶ講座です。
▽講師 助産院エクボ院長 高室典子氏。
▽日時・会場 9月18日(火)午前10時～11時30分。区役所2階会議室A。
▽対象 0歳～就学前のお子さんの保護者。託児あり。
▽定員・費用 20人。無料。
▽申込方法 8月27日(月)午前9時から電話で(先着順)。
▽申込先・詳細 健康・子ども課 子育て支援係
☎(895)2400内線507

家庭料理を通じた異文化交流!! 料理交流会の参加者募集します

中国在住経験のある方たちに本場中国の水餃子の作り方を教わり、皆で食べながら交流を深める催しです。ジャガイモを使った日本料理も作ります。

- ◇日時 9月1日(土) 午前10時～午後1時。
- ◇会場 厚別区民センター。
- ◇定員 25人。
- ◇費用・持ち物 無料。エプロン、タオル、筆記用具。
- ◇申込方法 8月13日(月)～24日(金)に電話で地域振興課へ(先着順)。

申込先・詳細 地域振興課 ☎895-2400内線230
～厚別区まちづくり事業企画提案制度対象事業～
<企画推進 We Can (ウィー・キャン)>

環境・快適暮らし展 in 厚別の開催

みなさんと一緒に厚別区を「環境にやさしい街」にしていくためのイベントです。

- ◇日時 9月1日(土)、2日(日)の午前10時～午後9時。
- ◇会場 サンピアザ1階光の広場(厚別中央2の5)。
- ◇内容 厚別区近郊の市民団体の活動を紹介するパネル展示、環境クイズ・ゲームや工作などの体験イベントなど。
- ◇募集 パネル出展やイベント運営に協力していただける個人・団体を募集しています。

申込先・詳細 地域振興課 ☎895-2400内線230
～厚別区まちづくり事業企画提案制度対象事業～
<企画推進 環境にやさしいまちづくりを考える会>

近隣市文化交流事業

新さっぽろアートステージ 2007 出演者大募集!!

大学生などの若者を中心とした、演劇や音楽などの文化活動の発表の場「新さっぽろアートステージ2007」の出演者を募集します。

- ◇対象 厚別区、江別市、北広島市に在住もしくは通学・通勤している大学生などの若者。
- ◇開催日 10月27日(土) 午前11時～午後7時(予定)。
- ◇会場 サンピアザ劇場(厚別中央2の5)。
- ◇応募方法 厚別区民センターなどで配布する申込書を8月31日(金)までに送付してください。

申込先・詳細 地域振興課 ☎895-2400 内線 505
FAX 895-5930
E at.chiiki@city.sapporo.jp

防災訓練にご参加を

防災週間に合わせて防災訓練を実施します。お近くの方は、ぜひご参加ください。
▽日時 8月31日(金)の午前9時30分から。
▽訓練会場 左表の通り。

訓練会場
上野幌公園 (厚別南5)
厚別中央公園 (厚別中央3の3)
もみじ台北公園 (もみじ台北5)

詳細 総務企画課地域安全担当

当係 ☎(895) 2400 内線 220

がけ防災パネル展

▽内容 9月1日の防災の日になみ、集中豪雨による土砂災害、がけ崩れの危険を学ぶため、災害時の写真や注意事項などの資料を展示します。
▽日時 9月5日(水)～7日(金)の午前9時～午後5時。
▽会場 区役所1階ロビー。
▽詳細 都市局宅地課(21) 2512

少年少女対象のテニス教室

▽内容 ①初心者コース ②初

級コース。いずれも6回。

▽日時 9月8日、15日、22日、29日、10月13日、20日の土曜。①は午前9時～10時30分。②は午前10時30分～正午。
▽会場 ひばりが丘小学校(厚別中央2の4)。
▽対象 小学4～6年生。
▽定員 各コース10人。
▽費用 4千500円。
▽申込方法 8月14日(火)～21日(火)の午前9時～午後9時(21日のみ午後7時まで)に電話または直接(多数時抽選)。
▽申込先・詳細 厚別区体育館(892) 0362

男性のためのはつらつ健脳講座～受講者募集

はつらつ生活を維持するためのヒントを見つけてみませんか? 男性対象の2回連続の講座です。
▽内容・日時・会場 下表の通り。
▽対象 65歳以上の男性。
▽定員・費用 50人。無料。
▽申込方法 8月13日(月)午前9時から電話で(先着順)。
▽申込先・詳細 保健福祉課保健支援係(895) 2400 内線 362

●はつらつ健脳講座の内容・日時・会場

ステップ1	▷日時 9月26日(水) 午後1時30分～3時。 ▷会場 厚別区民センター。 ▷内容 運動編 = “ふまねっと” で目指せ体力・脳力アップ(介護予防についてのミニ講座、ふまねっと運動体験)
ステップ2	▷日時 10月3日(水)か10月5日(金)のいずれかを選択。午前10時30分～午後0時15分。 ▷会場 札幌市青少年科学館(厚別中央2の5)。 ▷内容 頭脳編 = 科学に触れて心も脳も若返ろう(サイエンスショー～飛行機はなぜ飛べるの? 紙飛行機を作って飛ばしてみよう)

※各施設の所在地・連絡先は「厚別4ページ」をご覧ください。



厚別区民センター 第2期区民講座

☎894-1581 厚別中央1の5

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
はじめて学ぶ絵手紙講座～心のこもった絵手紙をかく	9/1～29	土	午前10時～正午	5回	20人	3,200円	1,500円
初心者対象インターネット～インターネット、メールの基本操作	9/19～9/28	水・木・金	午後6時30分～8時30分	6回	20人	3,800円	3,400円
こころの歌講座～童謡、唱歌などをうたってこころとからだを癒す	9/14～10/26	金	午前10時～11時30分	7回	25人	3,200円	無料

▷対象 15歳以上の方（中学・高校生を除く）。
 ▷申込方法 8月17日（金）午前10時30分～午後6時30分に電話で（先着順）。定員に満たない講座は、翌日以降（土・日曜含む）も受け付けます。
 ▷受講料納入 8月17日（金）～24日（金）（土・日曜含む）の午前10時30分～午後6時30分に、教材費とともに厚別区民センターで納入してください。納入した受講料は原則としてお返しできません。

厚別西地区センター 秋の講座

☎896-2000 厚別西4の4

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
室内履きわらじ作り	8/24	金	午前10時～午後4時	1回	15人	無料	200円
親子竹とんぼ作り	9/1	土	午前10時～正午	1回	15組	親子500円	1個100円
パソコンエクセルで家計簿と住所録	9/3～9/14	月・水・金	午後6時30分～8時30分	6回	20人	3,400円	1,000円

▷対象 15歳以上の方（中学・高校生を除く）。親子竹とんぼ作りの子どもは、3歳以上。
 ▷申込方法 8月17日（金）午前9時～午後5時に電話で（先着順）。定員に満たない講座は、翌日以降（日曜・祝日除く）も受け付けます。
 ▷受講料納入 8月24日（金）午前9時～午後5時に、厚別西地区センターで納入してください。納入した受講料は原則としてお返しできません。教材費は、初回の参加時に直接講師にお支払いください。

厚別南地区センター 第2期講座

☎896-3000 厚別南7

講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	教材費
パソコンワード初級	9/20～9/29	木・金・土	午後1時30分～3時30分	6回	20人	3,400円	1,000円
パソコンワード中級	10/3～10/12	水・木・金	午後1時30分～3時30分	6回	20人	3,400円	1,000円
すぐに使える英会話	9/5～10/24	水	午前10時～正午	8回	20人	3,900円	無料
救命講習	9/12	水	午後1時～4時	1回	30人	無料	無料

▷対象 15歳以上の方（中学・高校生を除く）。
 ▷申込方法 8月22日（水）～25日（土）の午前9時～午後5時に電話で（先着順）。定員に満たない講座は、翌日以降（日曜・祝日除く）も受け付けます。
 ▷受講料納入 8月28日（火）、29日（水）の午前9時～午後4時に厚別南地区センターで納入してください。納入した受講料は原則としてお返しできません。

▽日時 9月1日（土）、8日（土）、15日（土）、22日（土）の午前10時～正午。全4回。
 ▽会場 厚別南地区センター。
 ▽対象・定員 小学生。30人。
 ▽費用 無料。筆記用具持参。
 ▽申込方法 8月21日（火）午前9時～午後5時に電話で（先着順）。
 申込先・詳細 厚別南地区センター ☎（896）3000

厚別図書館から
 たのしいお話し会
 ▽日時 8月11日（土）、18日（土）、25日（土）、9月1日（土）、8日（土）の午後2時から。
 ▽会場・費用 1階お話し室。無料。直接会場へ。
 たのしいシネマ劇場
 ▽日時・内容 8月26日（日）の午前11時から。「タイムスリップ一九二三」守のミラクル地震体験、「ロロとモモのじしんとかじのお話」。

▽会場・費用 2階読書集會室。無料。直接会場へ。

子ども将棋教室
 9月1日（土）、8日（土）、15日（土）、22日（土）の午前10時～正午。全4回。
 厚別南地区センター。
 小学生。30人。
 無料。筆記用具持参。
 8月21日（火）午前9時～午後5時に電話で（先着順）。
 厚別南地区センター ☎（896）3000



※各施設の所在地・連絡先は「厚別4区」をご覧ください。

国民健康保険

事情により保険料の納付が困難な方は、必ずご相談ください。

夜間納付相談

▽日時 8月23日(木)の午後8時まで。

▽場所 区役所1階9番窓口
(庁舎東側の通用口からお入りください)。

詳細 保険年金課収納係

☎(895)2400内線395～397

厚別子どもまつり

巨大迷路や出店コーナー、消防はしご車の搭乗体験会などを楽しむ子どもたちのためのおまつりです。

札幌市在住の外国の方から、母国の遊びを教えてもらい、楽しく外国の文化に触れる国際交流イベント「子どもワンダーランド」のコーナーも開設します。

▽日時 9月9日(日)午前10時～午後3時。

▽会場 ふれあい広場あつべつ(厚別中央2の5)。

▽対象 小学生以上。

詳細 子ども会厚別区事務局

☎(891)8008



ドッグラン開設 犬とあそぼう!

(8月31日(金)まで もみじ台東側緑地)

芝生の上で飼い犬と自由に遊ぶことができるドッグランが開設されました。



3世代ふれあいキャンプ～初めてのまき割り

(7月7日 小野幌青少年キャンプ場)



子ども会連絡協議会主催のキャンプに、祖父母、親子、約150人が参加。子どもたちは、初めてのまき割りやかまど作りなどを協力して行き交流を深めました。

ガーデニング 見学・体験 バスツアー

(7月11日、18日 恵み野)

ガーデニングが盛んな恵庭市恵み野の見学と、寄せ植えの講習会が行われました。



社会福祉功労者表彰 (市長表彰)

(6月25日 厚生年金会館)

厚別東地区民生委員児童委員協議会会長の大澤満子さんが、長年の社会福祉活動の功績により表彰されました。



広告

まちづくり会議

第2回 青葉・厚別西

地域の各団体の皆さんが、自らの手で住みよいまちを作るために、まちづくりに取り組んでいます。厚別には地区ごとに6つのまちづくり会議があり、その会議の様子を3回にわたって紹介しています。

青葉地区まちづくり会議



6月19日開催の会議の様子

藤堂 恭平議長を中心に、「地域で子どもを育てる部会（地育部会）」の設置などが新たに検討されました。

厚別西地区まちづくり会議



6月23日開催の会議の様子

48団体66人が参加し、植松貞三議長の進行のもと、防犯・防災や見守り活動について話し合いました。

市民自治

みんな

まちづくり

「市民が主役のまちづくり」を進めるためのルールである自治基本条例が、本年4月に施行されました。地域で取り組まれているさまざまなまちづくり活動は、市民自治の出発点であり、住みよい地域を支えるものです。このコーナーでは、そうした各地域での取り組みを紹介していきます。

地域で支える子育て

小学校で子育てサロン

「子育てサロン」は、親子が気軽に集い、自由に遊んだり地域の方と交流できる場です。もみじ台地区では、小学校の余裕教室を利用した子育てサロンの活動が盛んです。



もみじ台小学校の子育てサロンの様子。同地区では、もみじ台南小学校でも開催されています。

会場の一つとなっている、もみじ台小学校のサロン「北のもみじっ子」では、同校の児童が休み時間に自由に出入りできます。参加しているのは、赤ちゃんが好きな子、慣れていなくて恐る恐るという子などさまざまです。サロンに参加する児童にとって、赤ちゃんとのふれあいや、お母さんとの会話は、自分の幼いころに思いをはせ、親への感謝や家族について考えるきっかけとなっています。

主催している

民生委員児童委員協議会の赤坂

弘子さんは、「こ

こではお年寄り

や小学生など、

いろいろな人と

ふれあうことができます。

赤ちゃんはこの時期のふれあいで人を怖

がらなくなり、お母さんは、近所

に知り合いが増えて相談しやすくなり子育てに安心感が生まれます」と話します。

サロンを利用して

いるお母さんは、顔見知りが増えて、

道などで声をかけてもらうことが

多くなったと笑顔で話しています。

小学校での子育てサロンは、世

代を超えたふれあいの場として、

地域全体で支える子育て環境づくりに大いに役立っています。



サロンでの七夕会の様子。小学生も一緒に短冊を書いて、かざりました。

