



▲琴をバックに「音夢」の皆さん
(前列左から二人目が岩本雅悠弥先生、三人目が渡部忠夫代表)

新発寒地区センターでは、毎週木曜日の午前中に優しい音色が響いています。

同センターで活動している、箏曲サークル「音夢」の皆さんの琴の調べです。このサークルは、平成4年に開かれた講座をきっかけに結成されました。現在は、岩本雅悠弥先生の指導の下12人のメンバーが練習を行っています。「経験者のみならず、全くの初心者もいるので、一人で演奏するのは違い、皆で合奏することで音に幅が出て楽しくやっています」とメンバーの一人は話します。

同サークルでは、近くの中学校や児童会館などで出前授業を行ったり、福祉施設などで演奏を披露しています。出前授業では、演奏のほか、子どもたちの体験学習も行っています。

「子どもたちから『テレビなどでしか見たことがなかったけれど、実際に聴いてみてきれいな音だと思った。初めて琴に触って、楽しかった』などの感想を寄せられることが、練習の励みになります」と楽しそうに話す代表の渡部忠夫さん。また指導の岩本先生は「日本の伝統文化である箏曲を多くの人に聞いてもらい、琴を知らない人には直接触れて、楽しんで欲しいと思っています。興味のある方は、ぜひ一度見学に来てください」とにこやかに話していました。

箏曲サークル
「音夢」



▲新陵中学校での出前授業
初めて触る琴におっかなびっくり



▲福祉施設では昔懐かしい曲を披露

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 FAX681-6639



エコライフを 始めよう!

最近、記録的な猛暑や台風の巨大化など、地球温暖化が一因と思われる現象が現れ始めています。
急速に進む温暖化を防ぐためには、私たち一人一人がエコライフ（環境に優しい生活）を心掛け、地球温暖化の主な原因となる二酸化炭素の排出量を減らすことが必要です。
普段何気なく行っていることを少し変えるだけで、環境にもそして家計にも優しくなります。
今月号では、誰でも気軽に始められるエコ行動を紹介します。

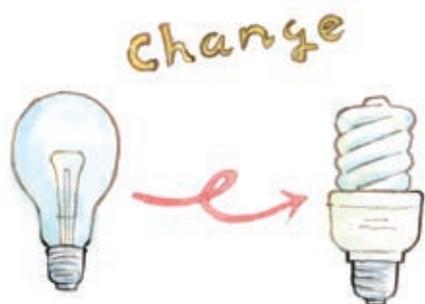
お手軽エコ行動電気編

左上写真は区内山口緑地への植樹風景

白熱電球を電球型蛍光灯に変えよう

白熱電球を電球型蛍光灯に交換すると、年間約1,850円の電気代を節約できます。

電球型蛍光灯は白熱電球よりも価格は高めですがその分寿命も長く、結果的にはおトクになります。



家電を買うときは省エネ家電を!

長く使う家電製品や車は、省エネ型がおトクです。星の数で省エネの度合いがわかる「省エネラベル」や国の省エネルギー基準を達成していることを示す緑の「eマーク」を参考にして購入しましょう。



使用していない部屋の

あかりはこまめに消そう

隣の部屋に行ったり、外出するときにはこまめに照明を消すようにしましょう。

白熱電球1灯の点灯時間を1日1時間短くすると、年間約430円の電気代が節約できます。(54Wの白熱電球の場合)



札幌市では季節に合ったエコ行動を紹介する「エコライフレポート」を四半期ごとに発行しています。そこに記載されているエコ行動に取り組み、提出用紙等を区役所にお持ちいただくと、その行動による二酸化炭素削減量と同程度の量を吸収・貯蔵できる樹木を「工

手稲区役所の取り組み

札幌市では平成13年に環境マネジメントシステム(※)の国際規格ISO14001の認証を取得し、環境負荷の低減に努めています。

手稲区役所でも、エコスタイルの導入などを行って、室温を夏季28度、冬季20度に設定して冷暖房の使用を控えたり、職員一人一人がごみ分別の徹底を図るなど、環境負荷を小さくするようにしています。

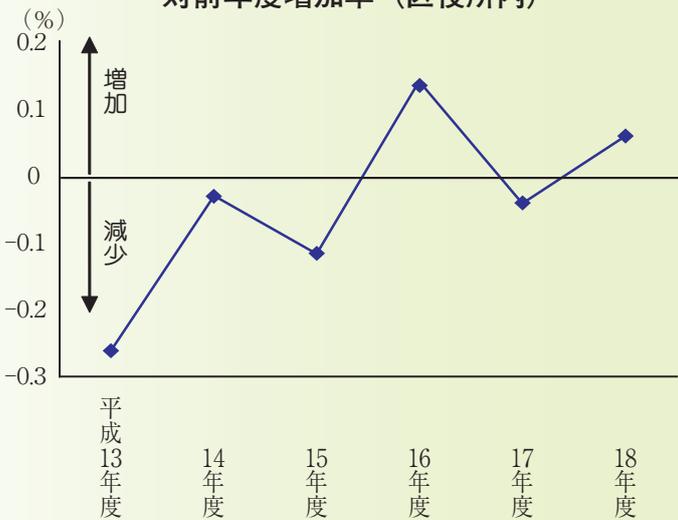
このような取り組みの結果、一例として、冷暖房に利用している都市ガスの使用量は、

毎年、対前年度比マイナスか、ほぼ同程度となっております(下図参照)。

このほかにも、区役所職員に対して、定期的に研修等を行い、環境に関する理解を深める取り組みを行っています。

※環境マネジメントシステム PLAN(計画) ↓ DO(実施) ↓ CHECK(点検) ↓ ACT(見直し)のサイクルを繰り返して、事業活動による環境負荷を継続的に低減し、改善する仕組み。

冷暖房等に使用する都市ガス
対前年度増加率(区役所内)



お手軽エコ行動自動車編

エコドライブでガソリンを節約しよう

- ・「急発進」「急ブレーキ」など「急」のつく運転はやめよう
- ・定期的にタイヤの空気圧をチェックしよう
- ・不要なものを積んだままにしないようにしよう
- ・アイドリングストップをしよう



マイカーの利用を控えよう

マイカーの使用を1日3km減らすと、年間約16,425円のガソリン代を節約できます。(ガソリン150円/ℓ、車の燃費10km/ℓの場合)



出典「さっぽろエコライフ12」

あなたの行動が森になる！！

～エコライフレポートのススメ～

「エコライフ」は、区役所では季節ごとのエコライフレポートに続けて取り組み、提出用紙等をお持ちいただくことスタンプがたまる、エコスタンプカードを配布しています。このカードにスタンプを4つ集めるとすてきなエコグッズをプレゼントします。

あなたもエコライフレポートに取り組んで一緒に「エコライフの森」を広げましょう。

また、区役所では季節ごとのエコライフレポートに続けて取り組み、提出用紙等をお持ちいただくことスタンプがたまる、エコスタンプカードを配布しています。このカードにスタンプを4つ集めるとすてきなエコグッズをプレゼントします。

あなたもエコライフレポートに取り組んで一緒に「エコライフの森」を広げましょう。

「エコライフの森」として植樹していきます(植樹予定地 区内山口緑地など)。



エコライフレポートは
区役所広聴係で配布中▶

※エコライフレポートはHPでも受け付けています

HP <http://www.city.sapporo.jp/kankyo/ondanka/ecoshimin/>

まちセンだより

= 富丘西宮の沢まちづくりセンター =

手稲区の7つのまちづくりセンターから各地区の話題をお届けします。

富丘西公園 スズランの保全活動

富丘西宮の沢地区は、豊かな自然環境と交通の利便性の良さを兼ね備えた住宅地です。今回は、この地区の公園で行われている、地域の人たちによる日本スズランの保全活動をご紹介します。



▲日本スズラン

富丘西公園は、日本スズランの市内最大規模の群生地です。日本スズランは、葉が細長く、春には葉の裏に隠れるようにそっと白い花をのぞかせますが、秋には赤い実がたわわに実り、また格別な趣があります。

スズランは、札幌市のシンボルフラワーにもなっています。富丘丸山町内会では、毎年かれんな花を咲かせるこのスズランを大切に育て、多くの人たちに見てもらおうと、手稲区土木センターと一緒に、スズランの保全活動に取り組んでいます。



▲赤い実をつけた様子

土木センターとの共催で毎年3、4回行っている「自然観察会」では、大人も子どもも一緒に自然と親しみ、スズラン以外にも四季折々に美しい花を咲かせるたくさんのお生植物を目にして、学習意欲を高めています。



▲大勢参加した春の自然観察会



▲秋には枯れ草を集めて大掃除

今、スズランの保全活動の輪はどんどん広がっています。こうした地域の取り組みについて、富丘丸山町内会の北守承五郎会長は、「一時衰退していた日本スズランが、地域の人たちの手によってここまで回復し、今では多くの市民の皆さんに見てもらえるようになったのは、スズランの生育をご指導いただいた専門家の方々や周りでの応援してくれた皆さんのおかげです。また、この保全活動を通して、家の中で閉じこもりがちな高齢者の方々が活動の場に参加

できたことも大きな成果の一つでした」と語ってくれました。

スズランは今、雪の中でひっそりと春の訪れを待っています。すがすがしく、あとも3カ月もすれば美しい姿を現します。皆さんも、ぜひスズランの保全活動を応援してください。



▲雪に覆われた冬の富丘西公園



富丘西公園
手稲区富丘4・5条5丁目



3月11日から4月10日までの区内の情報です

人口 138,709人 (-40)
世帯数 54,243世帯 (+24)
()内は前月比
2月1日現在

国保からのお知らせ

◆忘れていませんか

平成19年度国民健康保険料の第9期納付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など、加入者全員の昨年中の収入が分かるものを持参してください)。

夜間相談日 3月11日(火)、13日(木)、18日(火)、25日(火)、27日(木)の午後8時まで。

休日相談日 3月30日(日)午前9時～午後2時30分。

場所 区役所2階②番窓口

◆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

社会福祉協議会から

◆楽しく・元気に介護予防レクリエーションでストレス解消！

講師 地域包括支援センター職員、介護予防センター職員。
日時 3月26日(水)午後1時30分～3時30分。

場所 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

定員 先着50人。

申込 3月12日(水)から電話かファクスで申し込み。無料。

申込先・詳細 社会福祉協議会 ☎(681)2400内線365
ファクス(684)8560

絵本リサイクル

ご家庭に眠っている絵本をお譲りいただけませんか? いただいた絵本は、保育所、幼稚園、子育てサロンなどの乳幼児施設で活用し、乳幼児期からの絵本(読書)に親しむ環境づくりを進めます。

今年の新成人の方、あなたの絵を受け取りましたか?

今年の新成人で小学4年生(平成9年当時)の時に「小学生の夢：10年後の私たちのまち、こうだといいなあ～」の絵を提出された方に絵をお返ししています。また、昨年の成人式(平成8年当時、小学4年生の方)で受け取っていない方の絵もお返ししています。ご家族の方も受け取り可能ですが、当時絵を提出されていない方もいますので、**事前に電話でお問い合わせください。**

時間 午前8時45分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)
場所 区役所3階地域振興課(前田1条11丁目)
詳細 地域振興課地域活動担当 ☎681-2400内線256

「学ぶっていいね!」体験講座

内容・講師	オカリナはじめませんか ～ミニコンサートとオカリナ体験～ 生涯学習サポーター 磯部 富士子
日時	3月24日(月)午前10時～11時
場所	星置地区センター2階アポロ (星置2条3丁目)
対象・定員	20歳以上80歳未満 20人
費用	無料 ※オカリナは講師側で用意します

申込 3月11日(火)～14日(金)に電話で申し込み。先着順。なお、参加申し込みが5人未満の場合は開講を見合わせる場合がありますのでご了承ください。

※3月18日(火)～24日(月)にJR手稲駅自由通路「あいくる」で、生涯学習サポーター PRパネル展を開催します。

申込先・詳細 地域振興課地域活動担当 ☎681-2400内線255

本の種類

乳幼児向け絵本(汚れや破れのないもの)。
※図鑑・月刊誌は対象外です。

受付期間 3月12日(水)～14日(金)、17日(月)、18日(火)の午前8時45分～午後5時15分。

受付場所 区民センター1階健康・子ども課子育て支援係(前田1条11丁目)に直接お持ちください。

【詳細】 健康・子ども課子育て支援係 ☎(681)2400内線555

区民センターから

◆**手稲区民ダンスの集い**

日時 3月21日(金)午後1時30分～3時30分。

会場 区民センター2階区民ホール。

費用 300円。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 当日直接会場へ。

◆**手稲区映画会「レミーの美しいレストラン」**

日時 3月20日(祝)午後1時30分開場、2時開始。上映時間は約2時間。

会場 区民センター2階区民ホール。

定員 200人。

◆**吹奏楽「いいね!楽しい演奏会」**

「ウインドアンサンブル」

「イア」が、楽しく親しみやすい曲を演奏します。

曲目 歌劇「イーゴリ公」より「ダツタン人の踊り」、ドラマ主題歌、ジャパニーズグライフイテイ12「SFアニメメドレー」ほか。

※曲目は変更となる場合があります。

日時 3月23日(日)午後1時開場、1時30分開演。約2時間。

会場 区民センター2階区民ホール。

定員 200人。

費用 無料。

申込 当日直接会場へ。

【詳細】 区民センター(前田1条11丁目) ☎(681)5121

曙図書館から

◆楽しいお話し

3月15日(土)、22日(土)、4月5日(土)の午後2時30分～3時。

◆子ども映画会

3月15日(土)、4月5日(土)の午後3時5分から30分程度。
 ※3月20日(祝)は祝日のため午後5時で閉館。3月12日(水)、4月9日(水)は施設点検日、3月26日(水)は図書整理日のため休館となります。

曙図書館(曙2条1丁目) ☎(685)4946

川へ近づくと、雪を捨てるのはやめましょう

川に雪を捨てると水流が悪くなり、川のはんらんの原因となりますので、雪を捨てないでください。

また、川面周辺の雪や氷は崩れやすくなっており、危険ですので、川に近づかないでください。

建設局河川管理課 ☎(818)3415

星置地区

センターから

◆子育て講座／親子で遊びを

楽しんでしよう
内容 子育て支援ワーカーズ「プーのいえ」の方と一緒に、親子で楽しめるいろいろな遊

曙2条1丁目 ☎684-0088

手稲区体育館から

◆スポーツ講習会受講者募集◆

対象・講習会名	定員	回数	曜日	実施期間	実施時間	受講料 (65歳以上)
テニス初心者	10	14	木	4月10日 ～7月17日	午後0時40分 ～2時10分	10,400円 (8,300円)
卓球初心者	15	14	水	4月16日 ～7月23日	午前10時45分 ～午後0時45分	9,800円 (7,800円)
			金	4月11日 ～8月1日		
ビューティーヨガ	30	22	水	4月9日 ～9月17日	午前9時 ～10時30分	11,300円 (9,000円)
ピラティス 健康体操			金	4月11日 ～9月19日	午後1時 ～2時30分	
エアロビクス PLUS	30	15	月	4月7日 ～9月29日	午後6時30分 ～8時	7,700円 (6,200円)
太極拳(12式)			火	4月8日 ～7月29日	午後1時 ～2時30分	7,700円 (6,200円)
太極拳(24式)				4月8日 ～8月5日	午前9時 ～10時20分	
ナニアロハ (フィットネスフラ)	15	12	水	4月8日 ～7月8日	午後1時～2時	8,400円 (6,700円)
ナチュラル ・フットセラピー			4月9日 ～7月2日			
ローラー ピラティス	18	15	金	4月4日 ～7月25日	午前11時 ～午後0時20分	9,600円 (7,700円)
ジュニア ヒップホップ	20	14	木	4月17日 ～7月24日	午後4時15分 ～5時25分	8,500円

対象 ①16歳以上。②小学4年生～中学生

申込 3月11日(火)～17日(月)の午前10時～午後8時。

電話または直接ご来館ください。

※定員を超える場合は、3月19日(水)午後3時から同体育館1階多目的室で抽選を行います。電話での問い合わせは午後4時以降。

受講料納入 3月19日(水)～26日(水)に直接体育館に来館し納入。

※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要。高校生は生徒手帳を、65歳以上の方は年齢を証明できるものをお持ちください。また、定員に満たない場合は中止することもありますのでご了承ください。

※「受講可能」となった場合、その権利を他人(家族でも)に譲渡することはできません。

その他、手稲区体育館ではテニス初中級・中上級、卓球レベルアップ・上級、健康体操、ジュニア教室などの講習会についても同時募集します。詳細については、各区体育館で配布している時間割や、ホームページ(<http://www.sspc.or.jp/>)をご覧ください。

びを、カリキュラムに沿って行います。

日時 3月21日(金)午前10時～11時30分。

会場 同センター体育室。
 対象 0歳から就学前までのお子さんとその親。

定員 親子先着20組。

申込 3月13日(木)午前9時から電話で受け付け。無料。

◆春休み子どもえいが会
内容 3びきのこぶた、忍たま乱太郎、スーパーマリオの交通安全。

日時 3月27日(木)午前10時～11時15分。

会場 同センター体育室。

申込 当日直接会場へ。無料。
 申込先・詳細 星置地区センター(星置2条3丁目)

☎(695)3220

「孤立死ゼロ作戦」

講演会
内容 少子高齢化が進んでいる昨今、高齢者の一人暮らしが増加し、また孤立死も増加しています。「ひとりになっ

ても住み慣れた家で過ごすことにしたひとつ必要なこと」をテーマにした講演会を開催します。

講師 岩見 太市氏(NPO法人シーズネット理事長)。

日時 3月11日(火)午後1時30分～3時10分。

会場 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

費用 無料。
 申込 当日直接会場へ。
 詳細 保健福祉課活動推進担当 ☎(681)2400 内線 327

引っ越し時の届け出 手稲区役所

手稲区役所

〒006-8612 手稲区前田1条11丁目 ☎681-2400

引っ越しの際には、下表を参考に区役所などへ届け出てください（ほかにも手続きが必要な場合もあります）。
ご不明な点は担当課に電話で確認の上、ご来庁ください。

（表内の○数字は手稲区役所の窓口番号、★印は手稲区役所での手続き、*印は届け出に必要なものです）

		手稲区→市外	手稲区→市内の他区	手稲区内	窓口	課
住所変更	★ 転出届を提出 ⇒転出証明書を発行します。転出先の市区町村へ提出してください。	転出先の区役所に転入届を提出（転入後14日以内）	★ 転居届を提出（転居後14日以内）	1階 ⑦ ⑧	戸籍住民課	
	★ 印鑑登録証(カード)の返還 ⇒転出先の市区町村で新たに印鑑登録をしてください。 *印鑑登録証	住所変更の手続きをすることで、自動的に住所が変更され、引き続き印鑑登録証(カード)を使用できます。新たに印鑑登録をする方の手続きについては、お問い合わせください。				
	★ 印鑑登録証(カード)の返還 ⇒転出先の市区町村で新たに印鑑登録をしてください。 *印鑑登録証	住所変更の手続きをすることで、自動的に住所が変更され、引き続き印鑑登録証(カード)を使用できます。新たに印鑑登録をする方の手続きについては、お問い合わせください。				
転校 (小・中学校)	転出先の市区町村へ在学証明書(現在の学校で発行)を提出してください。 *在学証明書	転出先の区役所で、転入届の手続き時に在学証明書(現在の学校で発行)を提示⇒入校票を発行します。新しい学校へ提出してください。	★ 転居届手続き時に在学証明書(現在の学校で発行)を提示⇒入校票を発行します。新しい学校へ提出してください。	2階 ②	保険年金課	
国民健康保険	★ 脱退手続き(転出前) *国民健康保険証	転出先の区役所で住所変更の手続き(転出後14日以内)*国民健康保険証	★ 住所変更の手続き(転居後14日以内)*国民健康保険証			
介護保険	★ 被保険者証の返還。要介護認定を受けている方および認定申請中の方は、受給資格証明書の交付を受けてください。 *被保険者証	転出先の区役所で住所変更の手続きをし、被保険者証を差し替えてください。 *被保険者証	★ 住所変更の手続きをし、被保険者証を差し替えてください。 *被保険者証			
国民年金	加入者	住所変更の手続きをすることで、自動的に住所が変更されます。 ※第3号被保険者の方は、配偶者の勤務先で住所変更の手続きをしてください。		2階 ③		
	受給者	年金の種類によって手続きが異なりますので、転出先の市区町村の年金係にお問い合わせください。				
特別障害者手当 障害児福祉手当 福祉手当	★ 転出の手続き ⇒転出先の市区町村で住所変更の手続きをしてください。 *印鑑	転出先の区役所で住所変更の手続き *障害者手帳・療育手帳・印鑑	★ 住所変更の手続き *障害者手帳・療育手帳・印鑑	1階 ①	保健福祉課	
障害者手帳	★ 転出の手続き⇒転出先の市区町村で住所変更の手続きをしてください。 *障害者手帳・印鑑 ※福祉乗車証・福祉タクシー利用券・自動車燃料助成券・福祉定期券利用証明書・福祉割引ウィズカードは返還⇒1階②窓口	転出先の区役所で住所変更の手続き *障害者手帳・印鑑	★ 住所変更の手続き *障害者手帳・印鑑			
療育手帳	★ 転出の手続き⇒転出先の市区町村で住所変更の手続きをしてください。 *印鑑	転出先の区役所で住所変更の手続き *療育手帳・印鑑	★ 住所変更の手続き *療育手帳・印鑑			
敬老パス 敬老手帳	★ 敬老パス・敬老手帳の返還 *敬老パス・敬老手帳	敬老パスは、そのまま使用できます。 敬老手帳は、新住所を記入してください。		1階 ②		
児童手当	★ 消滅手続き⇒転出先の市区町村で新たに申請してください。 *印鑑	住所変更の手続きをすることで、自動的に住所が変更されます。		1階 ③		
児童扶養手当 特別児童扶養手当	★ 住所変更の手続き *手当証書・印鑑	転出先の区役所で住所変更の手続き *手当証書・印鑑	★ 住所変更の手続き *手当証書・印鑑			
医療助成	★ 受給者証の返還 ⇒転出先の市区町村で新たに手続きをしてください。 *受給者証・印鑑	転出先の区役所で住所変更の手続き *受給者証	★ 住所変更の手続き *受給者証			
特定疾患医療受給者証	道内：転出先の保健所で住所変更の手続きを行ってください。 *特定疾患医療受給者証・転出先住所の住民票 道外：保健センターまでお問い合わせください。	転出先の保健センターで住所変更の手続き *特定疾患医療受給者証	★ 住所変更の手続き *特定疾患医療受給者証	2階	保健センター	
小児慢性特定疾患医療受診券	★ 保健センターで返納の手続きを行ってください。 *小児慢性特定疾患医療受診券 ※市外での手続き方法は転出先の保健所までお問い合わせください。	転出先の保健センターで住所変更の手続き *小児慢性特定疾患医療受診券	★ 住所変更の手続き *小児慢性特定疾患医療受診券			
固定資産税	資産の所在する市区町村に住所変更の手続きをしてください(電話・手紙での連絡も可)。	住所変更の手続きをすることで、自動的に住所が変更されます。		2階 ⑤	課税課	
原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車	★ 廃車届を提出 *印鑑・ナンバープレート・運転免許証・標識交付証明書					

保健センターから

◆「乳幼児精神発達相談」日程の変更について

平成20年度の乳幼児精神発達相談の曜日が、4月から変更になりますのでご注意ください。

なお、相談は予約制となっておりますので事前に電話でお申し込みください。

相談日 毎月第1～4木曜日の午後。

(詳細) 保健センター（前田1条11丁目） ☎(681)1211

敬老パスの返還について

平成20年3月31日(月)に有効期限の切れる敬老パスの納入金返還手続きは、3月31日(月)までです。

ご希望の方は、区役所1階②番窓口（前田1条11丁目）で手続きしてください。3月下旬は窓口が混雑するため、できるだけ早く手続きされるようお願いいたします。

持ち物 銀行口座のわかるもの（返還金は銀行振り込みとなります。ただし、ゆうちょ銀行は振り込みできません）、印鑑、返還する敬老パス（未使用のものに限る）。

(詳細) 保健福祉課給付事務係 ☎(681)2400内線356



ウォッチング・ていね



2008アイスクヤンドル大作戦in西宮の沢（2/1～2）

厳しい冷え込みの中、参加者は、アイスクヤンドルの幻想的な明かりに寒さを忘れて見入っていました。



▲地域の住民と子どもたちによる点灯式



▲「山口風雪太鼓」の登場で会場も一段と盛り上がりを見せました



▲約900個のアイスクヤンドルの光が冬の夜を彩りました



▲きれいな花を飾ったキャンドルも

広告