



男性料理の会・手稲



▲調理実習を終えた会員の皆さん、エプロン姿が決まっています
(前列右端が会長の上田満明さん、後列右から4人目が岡戸祥行さん)



▲楽しく、かつ真剣に調理します
(上) きれいに盛り付けます(下)

平成18年度に保健センターで行われた「男性の料理教室」。この講座を受講し、意気投合した5人で結成されたのが、「男性料理の会・手稲」です。現在、会員は16人にまで増え、月に1度区民センターで料理の腕を磨いています。「凝った料理ではなく、家庭の味を学んでいます。当日学んだことを自宅で復習したりと、みんな熱心に取り組んでいますよ」と語るのは会長の上田さん。「食を通じた健康」をテーマにする同会では、1食当たり約500キロカロリーのヘルシー料理を作っています。事務局を務める岡戸さんは「会員の多くが60代なので、健康を保つためにカロリーを抑えた献立を学び、普段の食生活も見直したいと思っています」とその理由を語ります。また、料理だけでなく会員同士の交流も大切にしている同会。調理中は皆、集中してしまうため、昨年は終了後にパークゴルフをしたりと料理以外での交流も深めてきました。「今後も、料理の腕を磨きつつ、新しいことにもチャレンジし、活動の幅を広げたい」と岡戸さんは笑顔で語っていました。

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

こんなときはこの窓口へ

～手稲区役所ご案内～

区役所では、皆さんの生活に密着したさまざまな業務を行っています。そこで今回は、手稲区役所の主な業務内容や窓口をご案内します（業務内容の丸数字は、図の窓口番号を示しています）。

1階

広報さっぽろ・市政相談・各種相談

⑰ 広聴係・相談コーナー

- ・ 市政相談、各種市政外相談の受け付け
- ・ 広報誌の配布、広報誌区版の作成に関すること

庁舎のご案内

住所：前田1条11丁目
 電話：681-2400(代表)
 開庁日：月曜日～金曜日(祝日を除く)
 業務時間：午前8時45分～午後5時15分
 交通：JR手稲駅北口から徒歩5分
 (連絡通路でつながっています)



▲区役所・区民センター・保健センターが一つの建物になっています



● 社会福祉協議会

- ・ 福祉のまち推進センターについて
- ・ ボランティアの相談
- ・ 地域福祉権利擁護事業についてなど

⑮ 指定金融機関

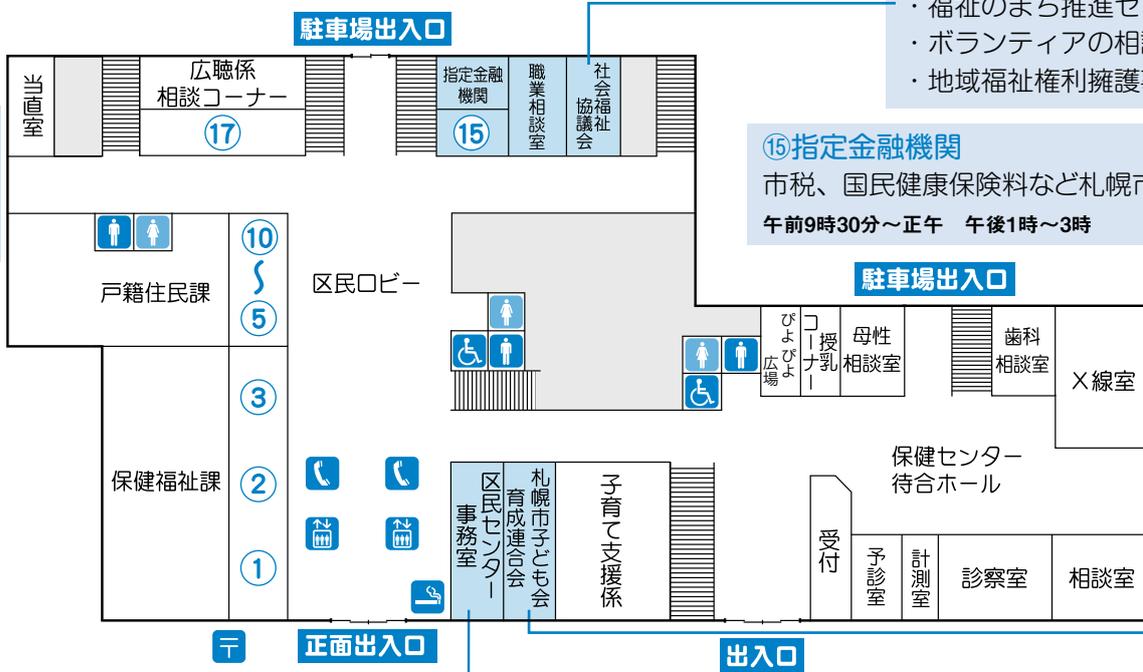
市税、国民健康保険料など札幌市関係の払い込み
 午前9時30分～正午 午後1時～3時

● 札幌市子ども会 育成連合会

子ども会に関すること

● 区民センター事務局

区民センター内の施設の利用や各種講座の受け付けなど



保健福祉 (保健福祉課)

① 高齢者・障がい者相談、介護保険の認定の申請

- ・ 介護保険のサービスについての相談や要介護認定の申請
- ・ 身体・知的・精神障がい者や高齢者の福祉サービスについての相談と申請
- ・ 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の申請と交付
- ・ 補装具・日常生活用具の交付の申請
- ・ 自立支援医療費(更生医療・精神通院)の申請

② 障がい者交通費助成、敬老パス・敬老手帳の申請

③ 児童(扶養)手当、医療助成相談、旧軍人恩給相談

- ・ 児童手当・児童扶養手当・特別児童扶養手当の申請と給付
- ・ 医療助成の相談と医療受給者証の交付(重度障がい者・ひとり親家庭・乳幼児)
- ・ 旧軍人恩給
- ・ 老人クラブについて

子育て支援 (健康・子ども課子育て支援係)

- ・ 地域子育て支援事業について
- ・ 子育て情報室「きてみてルーム」
(子育てに関する情報提供)

戸籍・住民票 (戸籍住民課)

⑤ 証明書のお渡し

⑥ 証明書請求

- ・ 印鑑登録・住民票・戸籍などの証明請求

⑦⑧ 印鑑登録・住所の異動届など

- ・ 印鑑登録申請
- ・ 転入、転出などの異動届
- ・ 自動車臨時運行許可申請

⑨⑩ 戸籍届(婚姻・出生・死亡など)

⑩ 外国人登録

大通証明サービスコーナーでも各種証明書(一部を除く)を受け取ることができます。詳しくは本誌区版4ページをご覧ください

3階

●少年育成指導室

青少年の育成、悩み事に関する相談など
 平日 午前10時30分～11時15分
 午後1時～3時
 ※月曜日のみ午前10時15分開始

●交通安全運動推進委員会

交通安全運動 に関すること

まちづくり など (総務企画課・地域振興課)

①統計調査

・各種統計調査に関すること

②住民組織

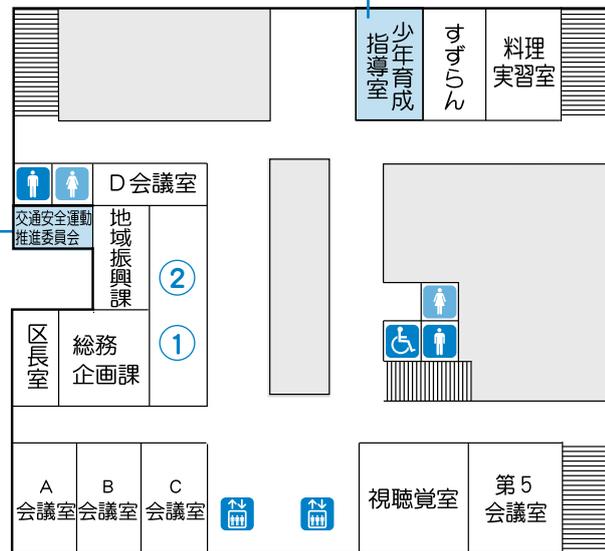
・町内会に関すること

●区役所での落とし物の問い合わせ

●選挙のこと

●スポーツ振興、生涯学習、青少年健全育成、男女共同参画に関すること

●まちづくり事業のこと



2階

生活保護相談 (保護課)

①生活保護相談

・生活保護の相談と申請



国民健康保険・後期高齢者医療

●国民年金 (保険年金課)

②国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療 (保険料・保険証)

- ・国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療の加入と脱退の届け出
- ・保険料の納付相談
- ・国民健康保険、後期高齢者医療の給付申請 (葬祭費、出産一時金、高額療養費、特定疾病、療養費、限度額適用認定証)
- ・特定健診受診券

③国民年金

- ・国民年金第1号・任意・付加加入の届け出
- ・国民年金の保険料免除・学生納付特例の申請
- ・国民年金、老齢基礎、障害基礎年金などの裁定請求受付 (加入記録によって、社会保険事務所での手続きとなる場合があります)

※裁定請求書のはがきに区長の証明が必要な方は、1階⑥番窓口にお越しください。

健康・子ども・衛生 (健康・子ども課)

保健センター ☎681-1211

- ・母子相談 (主に母子・父子家庭の相談など)
- ・保育所入所についての相談と手続き
- ・特定疾患医療受給者証の交付申請
- ・母子健康手帳・健康手帳の交付
- ・飲食店の営業許可
- ・各種健康教室や健康・医療に関する相談
- ・食品や害虫、草刈りなど生活衛生についての相談

市・道民税、固定資産税 (納税課・課税課)

④納税相談

・市税の納付相談

⑤税の証明、閲覧コーナー

- ・市民税のこと
- ・軽自動車税のこと
- ・土地・家屋の税のこと

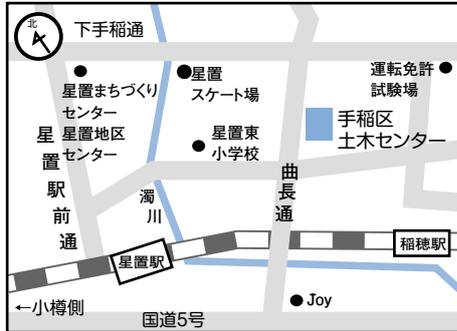
- ・固定資産税課税台帳、地番図、路線価図の閲覧
- ・納税証明、課税証明、市・道民税証明 (所得証明)、固定資産評価証明の交付

道路・公園・除雪

手稲区土木センター ☎681-4011

- ・道路、街路灯、公園の維持管理
- ・道路占用許可・除雪に関すること
- ・公園の使用許可・街路灯設置費の補助

【周辺位置図】※区役所と別の庁舎になっています



住所：曙5条5丁目 電話：681-4011
 交通：ジェイ・アール北海道バス [手81] [手82]
 「手稲区土木センター」下車

大通証明サービスコーナー ☎211-3535

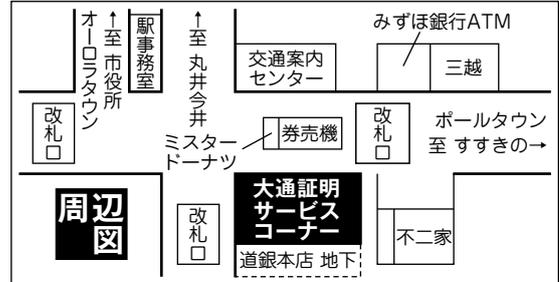
中央区大通西4丁目地下1階（地下鉄大通駅コンコース内）

区役所の業務時間以外でも大通証明サービスコーナーでは、各種証明書（一部を除く）を受け取ることができます。

【取扱証明】住民票、戸籍証明（一部を除く）、印鑑登録証明、住民票記載事項証明、外国人登録原票記載事項証明（一部を除く）など

【受付日時】月曜～金曜：午前8時～午後7時
 土曜・日曜：午前9時～午後5時

【休業日】祝日（日曜と重なった場合は開所）、振替休日、5月3日～5日、12月29日～翌年1月3日



一部の証明書については、請求翌日以降のお渡しとなる場合があります。住所変更の届け出や、戸籍の届出は取り扱っておりません。
 ※住所が市外の住民票の受付日時は
 月曜～金曜：午前9時～午後5時となります。

相談コーナーをご利用ください

区役所では職員が応じる税や福祉などの相談以外にも、専門の相談員が無料で応じる各種相談コーナーもあります。お気軽にご利用ください。

1階⑰番窓口相談コーナー

相談名	内容	曜日	時間	相談員
行政相談	国やその関係機関などの仕事に関すること	毎週 月曜日	午後1時～4時	行政相談委員
家庭生活相談	家庭生活、近隣関係、育児、夫婦関係、心情、悩みごとなどについて	毎週 火・水曜日	午前10時～正午 午後1時～4時	家庭生活 カウンセラー
交通事故相談	交通事故の示談、保険金請求などに関すること	毎週 木曜日※	午前9時30分～午後0時15分 午後1時～4時	交通事故相談員
法律相談	困りごと、争いごとの法的見解・解決方法について	第1・3 金曜日	午後 (指定の時間)	弁護士

法律相談は予約制です。相談日当日、午前9時から電話（681-2400）で受け付けします。定員8人（先着順）。午後から約20分間の面談。申し込み多数の場合、電話がつながりにくかったり、開始後数分で定員に達することがありますのでご了承ください。

法律相談以外の相談には予約の必要がありませんので直接⑰番窓口へお越しください（先に、ご相談者がいる場合はお待ちいただくことがあります）。また、面談以外に電話でのご相談もできます。
 ※4月10日(木)、24日(木)の交通事故相談はお休みです。

1階職業相談室

相談名	曜日	時間	相談員
職業相談	毎週 月～金曜日	午前8時45分～正午 午後1時～5時	職業相談員

就職に関する相談や、求人情報の閲覧ができます。



ていね お知らせ

4月11日から5月10日までの区内の情報です

人口 138,784人 (+75)
世帯数 54,337世帯 (+94)
() 内は前月比
3月1日現在

手稲区ウォーキング マップを配布します

今年も、お勧め9コースと歩き方の基本などが掲載されている「手稲区ウォーキングマップ」(平成19年3月作製)を配布します。春からの健康づくりにお役立てください。



配布場所

保健センター(前田1条11丁目)、区役所1階⑰番窓口(前田1条11丁目)、区内各まちづくりセンター。

詳細 保健センター
☎(681) 1211

区民センターから

◆ていね自然観察会

めざせー手稲山博士早春編
早春の「手稲山博士」認定を目指し、手稲の自然の中を楽しく散策しませんか?

日時 5月2日(金)～23日(金)の毎週金曜日。午前10時～午後0時30分。全4回。

場所 星置緑地、手稲山周辺。現地集合・解散。

対象 区内在住か、お勤めの15歳以上の方(中高生を除く)。

定員 先着20人。

受講料 2千900円。納入は4月18日(金)～21日(月)の午前9時～午後7時に同センター窓口へ(納入された受講料はお返しできません)。

持ち物 昼食、飲み物、帽子など山歩きに適した服装、靴。

申込 4月11日(金)から電話で受け付け。受け付け時間は午前9時～午後7時。

申込先・詳細 区民センター(前田1条11丁目)

☎(681) 5121

曙図書館から

◆楽しいお話し会

4月12日(土)、19日(土)、26日(土)、5月3日(祝)、10日(土)の午

後2時30分～3時。

◆子ども映画会

4月19日(土)、5月3日(祝)の午後3時5分から30分程度。

※4月23日(水)は図書整理日のため休館となります。また、4月29日(祝)、5月6日(休)は午後5時で閉館いたします。

☎(685) 4946

詳細 曙図書館(曙2条1丁目)

大会期間 5月下旬～8月下旬。

第19回手稲区長杯争奪
野球選手権大会

対象 区内の同じ職場に勤務しているか、区内在住の方同士で編成されたチーム。

参加料 1チーム1万8千円。

申込 5月6日(休)までに、参加料と規定のメンバー表(手稲区軟式野球連盟事務局で配布)を持参の上、同事務局(手稲本町2条3丁目新田スポーツ内)で申し込み。

☎(681) 2400内線256

詳細 地域振興課地域活動担当

☎(681) 2400内線256



手稲区民 ダンスの集い

日時 4月18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(前田1条11丁目)。

対象 区内在住の方。

参加料 300円。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキップ。

申込 当日、直接会場へお越しください。

☎(681) 5121

詳細 区民センター(前田1条11丁目)

稲苑大学23期生募集

年長者が講義や実習を通して、教養やふれあいを深めるための講座です。

期間 5月29日(木)～10月23日(木)の毎週木曜日。午後2時～4時30分。全20回。

場所 区民センター(区民ホールまたは第1・2会議室)。

対象 区内在住の満65歳以上の方(4月1日現在)で過去に受講経験がなく、毎回参加できる方。

受講料 無料(見学会などには実費がかかります)。

定員 60人。多数時抽選。

申込 往復はがき(1人1枚厳守)に以下の事項を記入の上、郵送してください。4月18日(金)必着。

※往復はがきとして利用可能な用紙は区役所・各まちづくりセンターにもあります(50円切手を2枚貼ってください)。

往信用

あて先 〒006-8612 手稲区前田1条11丁目
手稲区地域振興課内「稲苑大学事務局」行

通信欄 ①稲苑大学申し込み
②郵便番号・住所・電話番号
③氏名(ふりがな)・性別
④年齢・生年月日
⑤過去の抽選にはずれた方はその全ての年度

返信用

あて先 ご自分の郵便番号・住所・氏名
通信欄 可否通知に使用しますので記入しないでください。

※公開抽選を4月24日(木)午後1時30分～2時に区役所3階C会議室(前田1条11丁目)で行います(入場自由)。

詳細

地域振興課地域活動担当 ☎681-2400内線255

『子育てサロン』に遊びに来ませんか？

親子が自由に集い交流できる場です。これからパパ・ママになる方や子どもと一緒に遊びたい地域の方々への参加も大歓迎です。参加の皆さんと楽しく交流してみませんか？

参加は無料。直接会場にお越しください（小中学校の長期休業期間は休みです）。

	会場	住所	電話	開始日
火	西宮の沢児童会館	西宮の沢2-4	681-6940	4月15日
	前田しらかば児童会館	前田8-15	694-2474	
	星置児童会館	星置2-7	684-4610	
水	いなづみ児童会館	前田4-4	684-3072	4月16日
	富丘児童会館	富丘3-6	685-9393	
木	新発寒児童会館	新発寒6-4	685-7343	4月17日
	手稲前田児童会館	前田2-12	682-2070	
	あけぼの児童会館	曙9-1	685-4821	
金	稲穂児童会館	稲穂3-5	684-0901	4月18日
	金山児童会館	金山3-2	695-0919	

※時間は、いずれの会場も午前10時30分から正午までです。

詳細

各児童会館、または健康・子ども課子育て支援係 ☎681-2400(内線555)

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納期はすでに終了しています。お忘れの方は、お早めに納付してください。

また、病気や失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。

夜間相談日 4月15日(火)、17日(木)、22日(火)、23日(水)、24日(木)

お知らせ

(木)の午後8時まで。
休日相談日 4月20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

保険料の納入には、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

手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

◆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)
① レディーステニスクラブ(初中級)	5	40	水	5月14日 ～3月25日	午前9時 ～10時30分	35,700円
			金	5月16日 ～3月27日		
② キッズサッカー(ミニサッカー)	20	8	火	5月13日 ～7月1日	午後4時15分 ～5時15分	4,800円
③ 背骨・骨盤健康体操	18	10	木	5月15日 ～7月17日	午前9時 ～10時	6,400円 (5,100円)
					午前10時15分 ～11時15分	

対象 ①18歳～59歳。②小学1・2年生。③16歳以上。

申込 4月11日(金)～15日(火)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、4月17日(木)の午後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)。

納入 4月17日(木)～24日(木)までに直接体育館に来館し納入。高校生は生徒証を、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。

※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、小学生無料)が必要です。

※定員に満たない場合は中止することがあります。

※「受講可能」の権利を他人(家族でも)に譲渡することはできません。

※「通年レディーステニスクラブ・初中級」は各ショットが打て、ラリーとゲームの経験がある方が対象です。

サンデー・サロンの始まり

内容 4月13日(日)から、ちあふる・ていねでは、毎月第2

日曜日の午前10時～正午に子育てサロンを開催します。

親子で自由に集い、親子遊びの体験や父親講座など予定していますので、ぜひご参加ください。

場所 手稲区保育・子育て支援センター(ちあふる・ていね)

対象 0歳から就学前までのお子さんとその家族およびこれから親になる方。

詳細 手稲区保育・子育て支援センター(ちあふる・ていね)

(手稲本町3条2丁目)

☎(681)3162



ポリオ(小児まひ)ワクチン 服用のお知らせ

詳細は、本誌28ページをご覧ください

対象 生後3カ月～90カ月(7歳6カ月)未満のお子さん
日時・会場

月 日	受付時間	会 場
5月9日(金)	午後1時30分～3時	保健センター (前田1条11丁目)
5月12日(月)		
5月19日(月)		
5月28日(水)	午前9時30分～11時	

料金 市内にお住まいで対象年齢内のお子さんは無料

受付 区民センター 2階第1会議室(前田1-11)
※当日直接会場へお越しください

その他 1歳を過ぎたお子さんはポリオよりもMR(麻しん風しん)第1期の接種を優先しましょう

問い合わせ 保健センター ☎681-1211

犬の登録・狂犬病予防接種を受けましょう

対象などは、本誌27ページをご覧ください。

委託動物病院(手稲区分) ※休診日は電話でご確認ください。

くどう動物病院	曙5条2丁目2-2	684-7220
Piccolo動物病院	明日風2丁目3-12	691-9912
いなほガンバ動物病院	稲穂3条5丁目8-1	688-1121
M・LAC動物病院	新発寒5条2丁目2-32	666-1286
オリンピック動物病院	富丘2条7丁目2-8	694-3301
MARUCO動物病院	西宮の沢2条3丁目7-8	682-0505
なががわアニマルクリニック	西宮の沢5条1丁目11-30	598-7111
アニマルクリニックおかもと	星置2条4丁目7-38	699-2129
ほしみ動物病院	星置2条8丁目1-27	682-2525
かんのペットクリニック	前田2条11丁目8-21	685-2002
えのもと動物病院	前田4条8丁目1-3	681-1212
しば動物病院	前田5条15丁目8-15	685-8812
あだち動物病院	前田9条10丁目3-16	682-3580

料金	登録手数料	3,200円
	注射手数料	2,490円
	注射済票交付手数料	700円

詳細 動物管理センター
(西区八軒9東5)
☎736-6134

JR稲積公園駅周辺は 自転車等放置禁止区域

になりました



JR稲積公園駅周辺は3月31日(月)、「札幌市自転車等の放置の防止に関する条例」に基づく自転車等放置禁止区域に指定されました(区域には、上図マークの入った看板を設置します)。

禁止区域内では自転車および原動機付自転車(以下「自転車等」と記す)は必ず駐輪場に駐車してください。

- 放置禁止区域内に自転車等を放置(利用者が自転車等を離れているため直ちに移動させることができない状態)すると撤去の対象になります。
- チェーンなどで固定されている場合は切断のうえ撤去します。
- 撤去した自転車等は、札幌市の保管場所に移動し、**引き取りのない自転車は市で処分します(保管期間2カ月)**。

撤去した自転車等の返還

日 時: 4月～11月: 日曜日～金曜日(祝日を除く)午前10時～午後6時。
12月～3月: 毎週日曜日および水曜日 午前10時～午後3時。

返還場所: 琴似自転車保管場所(西区二十四軒4条1丁目)。

返還時に必要な物: 自転車等の鍵と本人を証明する物(運転免許証、学生証、保険証など)、印鑑および返還手数料。



詳細 建設局道路管理課 ☎211-2452
手稲区維持管理課 ☎681-7411

広告

手稲消防署から

◇「手稲区消防広場」を開催します

内容 消防体験や住宅用火災警報器の展示、札幌市消防音楽隊の演奏会などを実施します。

日時 4月19日(土)午後1時～3時。

場所 北海道西友手稲店屋外第一駐車場(前田1条11丁目)。

※雨天時はJ.R手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)で実施するため、消防音楽隊の演奏会は中止となります。

◇住宅用火災警報器を設置しましたか？

住宅用火災警報器は平成20年5月31日(土)までに設置しましょう。

住宅用火災警報器が作動することによって、早く避難できて、けがをせずにすんだり、損害を出さずにすんだ事例が多く報告されております。

(詳細) 手稲消防署(手稲本町2条5丁目) ☎(681)2100



老人福祉センターから

◇生ごみは宝

～正しく使っていますか？

コンポスター・うまくできましたか？ ダンボール箱堆肥。おうちのコンポスターの中は腐っていませんか？ また、ダンボール箱を利用しての生ごみ堆肥化はうまくいきましたか？

体験を共有し、みんなで知恵を出し合いましょう。

講師 古川徳一氏(北広島環境市民の会)。

日時 4月22日(火)午前10時～正午。

場所 同センター裏庭。

申込 4月11日(金)～21日(月)に電話で受け付け。

◇春の演芸発表会

内容 4月24日(木)は民謡・舞踊など、25日(金)はカラオケを披露します。

一般の方も自由にご覧になれますので、ぜひお越しください。

日時 4月24日(木)、25日(金)の午前10時～午後3時。

場所 同センター1階大広間。

(申込先・詳細) 手稲老人福祉センター(曙2条1丁目) ☎(684)3131

あすかせ 明日風町内会設立 (3/1)

手稲区に明日風町内会が誕生。設立総会と祝賀会が行われ、新しい町内会の門出を祝いました。



▲小さな子どもを連れた家族も大勢参加



▲祝賀会では、万歳三唱で誕生を祝いました

2008年手稲山雪の祭典 (3/9)

晴天に恵まれ、大人も子どももさまざまなイベントで冬の終わりを楽しみました。



▲果敢に攻めの滑りを見せたジャイアントスラローム



▲24チームで熱戦が繰り広げられた子ども雪合戦