

ちゅうおう

2008

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

▶ 美しい環境をみんなの手で



◀ 植樹升への花植え



みんなではぐくむ まちの美化活動

今、市民の皆さんのさまざまなまちづくり活動が、暮らしを豊かにする大きな力となっています。

今月号では、地域における環境美化活動であるアダプト・プログラムを紹介します。

編集：中央区市民部総務企画課広聴係 〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目
☎011-231-2400 (内線224) Fax011-231-6539

「中央区だより」ラジオカロスサッポロ (FM78.1MHz) 毎週木曜午前9時15分～

人口	212,806人 (前月比 +296)
男	94,937人
女	117,869人
世帯数	116,689世帯 (前月比 +235)
	平成20年7月1日現在

最近、電柱などへの張り紙や落書きなどが目立たなくなったりと感じませんか。あなたが知らないうちに、きれいになっていたらとすると、それはきっと、誰かの何らかの行動があったはずですよ。

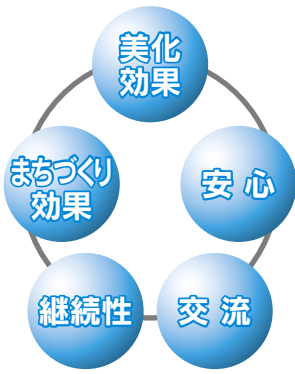
アダプトって？

アダプト・プログラムは、アメリカで生まれた新しいまちの美化手法で、1985(昭和60)年にテキサス州が初めて導入したものです。

アダプト(Adopt)とは「養子にする」という意味の英語で、市民が公共スペースをわが子のように愛情をもって面倒をみる(＝清掃・美化する)ことから名付けられました。

中央区では

平成15年度に、市内中心部の6商店街で構成する「札幌



中心部商店街活性化協議会」と繁華街をパトロールしながら清掃活動などを行う「NPO法人日本ガーディアン・エンジェルズ札幌支部」の2団体と覚書を締結し、これが中央区で初めてのアダプト締結となりました。

これは当時地域課題になっていた街路灯・電柱への違反広告物や分電盤などへの落書きを「すぐにはがす」、「すぐに消す」などの活動を継続的に行うことを目指して、アダプト・プログラムの導入をしたものです。



▲アダプトによる清掃活動

区役所が、アダプト締結団体にに対し、活動に必要な物品用具(ごみ袋や火ばさみ、張り紙はがしに必要なスクレーパーなど)を提供・貸与し、団体はごみ清掃、張り紙などの違反広告物の除去といった実際の活動を行っています。

アダプト・プログラム締結団体一覧

	団体名	活動区域	覚書締結	活動内容
1	札幌中心部商店街活性化協議会	中心部商店街	H15.4	違反広告物除去、落書き消去、ごみ清掃
			H16.7	駐輪自転車の整理整頓
2	NPO法人日本ガーディアン・エンジェルズ 札幌支部	札幌中心部	H15.4	違反広告物除去、落書き消去、ごみ清掃
3	東邦リライアンス(株) 裏参道コミックスターズ	裏参道	H16.4	ごみ清掃
4	札幌駅前通振興会	札幌駅前通	H16.5	違反広告物除去、落書き消去
5	西連合町内会	西地区	H16.7	違反広告物除去、落書き消去
6	曙地区連合町内会	曙地区	H16.9	違反広告物除去、落書き消去
7	NPO法人あずまし地域活動支援センター まる商なはは	山鼻地区	H16.9	違反広告物除去、落書き消去、ごみ清掃、電車事業所前花壇の植樹
8	宮の森大倉山連合町内会	宮の森大倉山地区	H17.5	違反広告物除去、落書き消去
9	北海道クリーン推進協議会	すすきの地区	H17.8	ごみ清掃
10	幌西地区連合町内会	幌西地区	H18.3	植樹升等への飾花(緑のポリウムアップ)、違反広告物除去
11	山鼻未来ネットワーク協議会	山鼻地区	H18.3	違反広告物除去、落書き消去
12	パタゴニア札幌	南3西2	H18.4	ごみ清掃
13	北海道電力(株)札幌支店	大通東1~4丁目	H18.5	ごみ清掃
14	セキュリティ・オブザーバー・さっぽろ	札幌中心部	H18.10	違反広告物除去、落書き消去、ごみ清掃、駐輪自転車の整理整頓
15	スミセキ・コンテック(株) スミセキ・ジオテクノ(株)	北4条ミニ大通周辺	H19.7	ごみ清掃、駐輪自転車の整理整頓、歩道等の砂まき(冬季)
16	中央地区町内会連合会	中央地区	H20.6	ごみ清掃、歩道等の砂まき(冬季)
17	(株)山田組	南大通~南3条西14~19丁目区域	H20.6	ごみ清掃、違反広告物除去、駐輪自転車の整理整頓、歩道等の砂まき(冬季)

現在までに

活動団体は、区内の町内会や商店街、企業、NPO法人などで、現在17団体と覚書を締結しています(右表参照)。活動内容は団体ごとに異なり、ごみの清掃、違反広告物の除去、落書き消去などから植樹升などへの花植え・植樹、駐輪自転車の整理整頓など多岐にわたっています。活動区域も都心部から住宅地へと広がっています。

◆違反広告物の除去◆



▲提供された用具

スプレーやスクレーパーを使用すると強力な力による張り紙もきれいに除去できます。「小まめな活動で、張り紙をさることが減りました」と西連合町内会の中橋正雄衛生部長(写真上)は、美化活動の成果を話していました。



▲スクレーパー

情報 オアシス

STOP! 迷惑駐輪。長期の放置自転車は撤去の対象です。

区役所関連施設

市コールセンター ☎222-4894

- 中央区役所 ☎231-2400(南3西11)
- 中央保健センター ☎511-7221(南3西11)
- 中央区土木センター ☎614-5800(北12西23)
- 中央区民センター ☎271-1100(南2西10)
- 旭山公園通地区センター ☎520-1700(南9西18)

大通公園まちづくりセンター

- ☎251-6353(北1西9)
- 東北まちづくりセンター ☎251-8119(北2東2)
- 苗穂まちづくりセンター ☎261-3669(北1東10)
- 東まちづくりセンター ☎241-1696(南2東6)
- 豊水まちづくりセンター ☎521-0204(南8西2)
- 西創成まちづくりセンター ☎521-2384(南5西7)
- 曙まちづくりセンター ☎511-0116(南11西10)
- 山鼻まちづくりセンター ☎511-6371(南23西10)
- 幌西まちづくりセンター ☎561-3256(南11西14)
- 西まちづくりセンター ☎561-7124(南6西13)
- 南円山まちづくりセンター ☎561-2472(南9西21)
- 円山まちづくりセンター ☎611-3367(北1西23)
- 桑園まちづくりセンター ☎621-3405(北7西15)
- 宮の森まちづくりセンター ☎644-8760(宮の森2-11)

第25回ファミリーランニング&ウォーキング大会



▽日時 9月14日(日)午前9時から受け付け開始。小雨決行。
▽会場 豊平川右岸ランニングコースなど(幌平橋下流発着)。
▽集合場所 幌平橋河川敷(豊平区側)。
▽定員・費用 500人・無料。
▽種目 ①ランニング2キロと5キロ(小学校低学年は2キロのみ)、②ウォーキング2キロと

4キロ。
▽申込 9月11日(木)までに直接または、電話、ファクス、Eメールでお申し込みください。先着順。
▽申込書配布場所 中央区役所、区内まちづくりセンター、区内児童会館、中央区民センター、旭山公園通地区センター。

▽申込・詳細 地域振興課地域活動担当
☎(231) 2400(内線255)
FAX(511) 7234

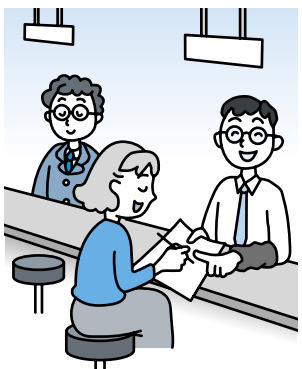
Eメール ch.chikishinko@city.sapporo.jp

国民健康保険料納付の夜間相談について

8月末は平成20年度国民健康保険料第3期分の納期限です。納め忘れのないようお願いします。保険料を納付できない事情

があり、平日の午後5時15分までに納付相談にお越しにならない方に対して、夜間相談を行いますのでご利用ください。

▽夜間相談 8月28日(木)、29日(金)の午後8時まで。
※夜間相談に来庁される方は、庁舎南側玄関からお入りください。
▽詳細 保険年金課収納一・二係 ☎(231) 2400



がけ防災パネル展の開催について

9月1日は「防災の日」で

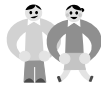
子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～
▽申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係
〒060-0063 南3西11 ☎511-6399

【「子育てほっと☆タイム」参加者募集】

子育て中の親同士で、自分のこと、子どものことなど気軽におしゃべりを楽しみましょう。託児もあります。ほっと一息ついてみませんか。
◆日時 9月11日(木)、12日(金)の2回1コース。各回午前10時～11時30分。
◆会場 曙会館(南11西10)。
◆対象 0歳～就学前のお子さんを育てている保護者(受講中は、お子さんをお預かりします)。
◆定員・費用 10人・無料。
◆申込 8月18日(月)午前9時から電話で。先着順。

す。がけ崩れの危険はあなたの宅地の近くにもあります。あなたのお住まいは安全ですか。
札幌市では、市民の方へ、日ごろの防災意識を高めてもらうために、「がけ防災パネル展」を開催します。
▽日時 8月19日(火)～21日(木)の午前9時～午後5時。
▽会場 中央区民センター1階ギャラリィ。
▽詳細 都市局市街地整備部宅地課 ☎(211) 2512



2008
市電フェスティバル



市電と市電沿線の魅力を再発見していただくため、今年も市電フェスティバルを開催します。電車事業所隣接グラウンドには、山鼻未来・ネットワーク協議会による露店・縁日が催されます。

▽日時 8月31日(日)午前10時～午後4時(雨天決行)。雨天時、一部規模縮小あり。

▽会場 電車事業所(南21西16)・隣接グラウンド(南22西15)。

▽内容 露店、縁日、ゲームコーナー、ステージイベント、ミニてつくん、市電の会コーナー、市電と綱引きなど、市電と触れ合うイベント多数。

※駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用の上、お越しください。

〔詳細〕 地域振興課地域活動担当
☎(231) 2400 (内線255)

第24回
中央区子どもドリム号

▽日程 9月13日(土)。雨天決行。

▽行先 当日発表します。

▽対象・定員 区内の小学生以上(小学2年生以下は、保護者の同伴が必要)・55人。

▽費用 小学生4千500円・中学生以上5千円。説明会の日にお支払いください。未納の方はキャンセルしたものとします。

▽申込 8月18日(月)、19日(火)の午前9時～午後5時に電話かファクスで。先着順。

▽説明会 8月27日(水)午後6時から中央区民センター1つどいA・B(南2西10)。

なお、子ども会未加入の参加者は、子ども会安全会への加入が必要です。(保険料150円)。

〔申込・詳細〕 中央区子ども会育成連合会事務局
☎(271) 1096
FAX(261) 7405

▽日程等 下表の通り。

▽会場 ②③④は中央区民セ

交通事故発生件数

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	938 (-46)	0 (-4)	1,116 (-76)
札幌市	5,030 (-313)	8 (-15)	5,993 (-476)

※平成20年7月21日現在。
()は前年比

ンター(南2西10)。

▽集合場所 ①慈啓会病院入口(雨天の場合は、8月29日(金)へ延期)。

▽対象 区内在住か在勤の15歳以上の方(中高生を除く)。

▽申込 下表の申込期間に電話または同センター1階窓口で受け付け。先着順。

※定員に満たない場合は申込期間を過ぎても受け付けます。

▽持ち物 ①お弁当、飲み物、虫よけ、雨具、タオル、敷物など。②エプロン、タオル2枚。③④筆記用具。

▽受講料・教材費 下表の申込期間に同センター1階窓口でお支払いください。

※受講者の都合による受講料等の払い戻しはできませんので、ご了承ください。

<中央区民講座>

講座名	受講日	時間	定員	受講料	申込期間
				教材費	
①夏の藻岩山 ～ゆっくり歩いて自然散策～	8月26日(火)	午前10時～午後2時	20人	1,200円	8月12日(火)～22日(金)の午前9時～午後5時
②プロから学ぶはじめての陶芸 (全6回)	9月11日(木)、18日(木)、25日(木)、10月2日(木)、16日(木)、23日(木)	午後1時30分～3時30分	18人	3,400円 1,000円	8月12日(火)～30日(土)の午前9時～午後5時
③はじめてのパソコン 【ワード講座】(全5回)	9月16日(火)、17日(水)、18日(木)、19日(金)、20日(土)	午前10時～正午	各20人	2,900円	8月19日(火)～9月5日(金)の午前9時～午後5時
④はじめてのパソコン 【エクセル講座】(全5回)		午後1時30分～3時30分		2,600円	

※応募者が著しく少ないときは講座を中止することがあります。

〔申込・詳細〕 中央区民センター
運営委員会事務局
☎(271) 1100

広告

消えたかな！ 気になるあの火 もっ一度



救命手当講習会

市民を対象とした応急手当の講習会を行います。

▽日時 9月7日(日)午前9時30分～午後0時30分(午前9時受け付け開始)。

▽会場 市立札幌病院2階大講堂(北11西13)。

▽内容 ①講話「応急手当の重要性とAEDの活用について」、②普通救命講習Ⅰ「観察要領、心肺蘇生法、AEDの取り扱い、止血、異物除去法等について」。

※講習修了証を交付します。
▽対象 市内在住か在勤の16歳以上の方。

※16歳未満であつても保護者の方などが付き添われ、心肺蘇生法実技を行うに当たり、体力などについて支障がない場合は、参加可能。



▽定員・費用 100人・無料。

▽申込 8月11日(月)～27日(水)の午前8時45分～午後5時に電話で。先着順。

※当日は、動きやすい服装でお越しください。

申込詳細 中央消防署警防課 救急担当

☎(215) 2130

観光・行楽に車を利用する時は、無理せず時間と心に「ゆとり」をもった計画をたてましょう。

中央保健センターからのお知らせ
(健)康guide ガイド

申込詳細 保健センター健康・子ども課
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX511-8499

【にこにこクッキング】

お子さんの食育についての講話と食生活改善推進員協議会による簡単料理の調理実習を行う料理教室です。

◆日時 9月9日(火)午前10時30分～午後1時(受け付けは午前10時15分から)。

◆会場 中央保健センター2階講堂・栄養実習室(南3西11)。

◆対象 区内在住の子育て中のお母さん、お父さん。または、これからお母さん、お父さんになれる方(妊婦の方は、7カ月までの方)。

◆定員・費用 20人・300円(調理実習材料費)。

◆持ち物 エプロン、三角きん、スリッパ。

◆申込 8月19日(火)午前9時から電話で(ファクス不可)。先着順。

◆その他 託児あり(先着14人)。

【バイバイメタボ! 健康教室】

生活習慣病の原因となるメタボリックシンドロームにならないための生活のコツを伝授します。医師、栄養士、歯科衛生士によるメタボリックシンドロームの話、運動実技など。

◆日時 ①8月26日(火)、②8月29日(金)。2日とも午後1時30分～3時30分(受け付けは午後1時10分から)。

◆会場 ①中央保健センター2階講堂(南3西11)、②中央区民センター2階ホール(南2西10)。

◆対象 40歳～64歳の区民で2日間とも参加可能な方。

◆定員・費用 30人・無料。

◆申込 8月11日(月)～22日(金)の午前9時～午後5時に電話で(ファクス不可)。先着順。

【住民集団健康診査のご案内】

◆内容・対象者・費用

①**特定健康診査**(問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査)～40歳以上74歳以下で札幌市国民健康保険に加入の方:費用600円。

②**後期高齢者健康診査**(問診、身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査)～札幌市民で後期高齢者医療制度に加入の方:費用400円。

※①②とも札幌市国民健康保険から事前に郵送される「受診券」と「被保険者証」が必要です。また、市民税非課税世帯の方と生活保護世帯の方(受給証明が必要)は費用無料。

注意)札幌市国保以外の健康保険にご加入の方は、その健康保険でこの住民集団健康診査が健診先と指定する場合に限り受診できます。ご加入の健康保険にお問い合わせください。

※次の健診は加入健康保険に関わらず受診可能。

肺がん検診(胸部X線検査)～40歳以上の札幌市民:費用無料(喀痰検査400円。免除される場合がありますので、詳細はお問い合わせください)。

緊急肝炎ウイルス検査(B・C型肝炎ウイルス検査)～札幌市民で希望する方(年齢制限なし):費用無料。ただし、過去に同検査を受けていない方。

健康相談(相談、血圧測定、尿検査)～15歳以上39歳以下の札幌市民:費用無料。

◆日程・会場 下表の通り。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご参加ください。

月	日	受付時間	会場(所在地)
8月	18日(月)	午前9時30分～11時	円山会館(北1西23)
		午後1時30分～3時	宮の森会館(宮の森2-5)
	19日(火)	午前9時30分～11時	西創成会館(南5西7)
		午後1時30分～3時	東北会館(北2東2)
	20日(水)	午前9時30分～11時	円山西町町内会館(円山西町3)
		午後1時30分～3時	曙会館(南11西10)
26日(火)	午前9時～11時	円山会館(北1西23)	
	9月	1日(月)	午前9時～11時 午後1時30分～3時
8日(月)	午前9時30分～11時 午後1時30分～3時	幌西会館(南11西14) 南円山会館(南9西21)	



地区センター講座・行事

▽日程等 左表の通り。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽対象 ①②区内在住か在勤の18歳以上の方(高校生を除く)。③区内在住か在勤の20

<地区センター講座・行事>

講座・行事名	開催日時	申込開始	定員	料金
①ステップアップパソコン Excel [エクセル] <全4回>	8月18日(月)、20日(水)、22日(金)、 25日(月)の午前9時~正午	8月12日(火) 午後1時~	19人	受講料 3,400円 教材費 1,000円
内容: 家計簿・住所録の作成と入力方法を学びます。				
②ステップアップパソコン Word [ワード] <全4回>	8月18日(月)、20日(水)、22日(金)、 25日(月)の午後1時30分~4時30分	8月12日(火) 午後1時~	19人	受講料 3,400円 教材費 1,000円
内容: チラシの作り方を学びます。(イラストや写真等と文字の組み合わせに挑戦します)				
③道産ワインセミナー 「初級編」	9月16日(火) 午後2時~5時	8月12日(火) 午後2時~	18人	受講料 900円 教材費 1,500円
内容: 赤・白合わせて8種類のワインを飲みながら、知識を学びます(北海道ワイナリー編)。				
④親子で集まろう! ちびっこサマーランド	8月18日(月) 午前10時~11時30分	申し込み不要 (当日、直接会場へ)	なし	無料
内容: 子どもたちと地域の皆さんが遊びを通してふれあう集いです。【外遊び: シャボン玉、ちびっこパークゴルフ、ゲームなど。室内遊び: 赤ちゃんコーナー、大型紙芝居、昔遊びなど】				

歳以上の方。④乳幼児・小学校低学年。※就学前のお子さんは、必ず保護者の方と参加してください。また、小学生は保護者の方に行き先を告げてから参加してください。

▽持ち物 ①②筆記用具、③ワイングラス、ふきん1枚、

筆記用具、④帽子、着替え、飲み物、タオル。
▽申込 ①②③同センター多目的ホールで受け付け(電話不可)。
※開始時点で定員を超えた場合は抽選。定員に満たない場合は、引き続き先着順で窓口で受け付け(午前8時45分~午後7時(日・祝日を除く))。 ※①②③の受講料は申し込み時に、教材費は講座初日にお支払いください。納入された受講料等の払い戻しはできませんので、ご了承ください。

申込・詳細 旭山公園通地区センター ☎(520) 1700

リフォームを安心して頼むためのセミナー

家屋のリフォームなどを安心して頼める仕組みを紹介いたします。

▽日時 8月22日(金)午後2時~4時

▽会場 中央区民センター(南2西10)。

▽対象 中央区、南区に在住の方。

▽定員・費用 45人・無料。

▽申込 8月17日(日)までに電話で。多数時抽選(落選時のみ8月20日(水)までに連絡あり)。

申込・詳細 市コールセンター ☎(222) 4894



食の安全マメ知識 第2回 ツブのアブラ編

ツブ貝を市場やスーパーで殻付きのまま購入し、ご自分でお刺身や煮物に調理することはありませんか。

第2回の「食の安全マメ知識」では、ご自分で調理する際の注意点を紹介します。

【ツブ中毒】

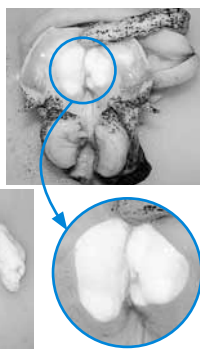
ツブの身の内側には、通称「アブラ」と呼ばれる白い部分(唾液腺)があり、テトラミンという神経性の毒を含んでいます。

このアブラを取り除かないで食べると食後約30分で視覚障害(ものが二重に見えるなど)、めまい、頭痛、悪酔い感などの中毒症状を起こす場合があります(貝1個でも、中毒を起こすことがあります)。今年の5月に、ツブ貝の唾液腺を知らずに家庭で調理し、中毒を起こした事例が、市内で2件発生しています。

【注意ポイント】

- ①煮ても焼いてもテトラミンはなくなるらない。
- ②煮汁にもテトラミンが溶け出すので、調理前に取り除く。

- ①殻から取り出して内臓と身に分ける。
- ②身に包丁で縦の切れ目を入れる。
- ③左の写真のように中に唾液腺(白い部分)が見える。



- ④左右一対の唾液腺に親指を入れて押し出すようにして取り除く。

食材の多くは、食べられる部分Ⅱ「可食部」と、食べられない部分Ⅰ「非可食部」のどちらも含んだ状態で販売されています。非可食部を取り除くことは、昔ながらの食の知恵です。正しい調理でおいしくいただきますよう。

担当 保健センター生活衛生 ☎(511) 7227

夏休み期間中は子どもたちが外で遊ぶ機会が多くなります。子どもたちを交通事故から守りましょい。



エコの決意をカードに込めて (7/6)



北海道洞爺湖サミットの開催に合わせ、中央区・西区の共催による「三角山 de エコメッセージ」が行われました。この日は、親子連れなど約200人が参加し、環境に優しい行動宣言を書いたエコメッセージカード（囲み写真）を山頂などに設置されたポストに投函しました。

予防が肝心 (7/5)



宮の森明和地区会館（宮の森2-11）において「介護予防フェスタ in 宮の森大倉山」が開催され、地域住民など約70人が参加し、体脂肪などの体組成測定や脳体操を行いました。

人・花・街、いきいきと (6/24)

大通地区連合町内会が「大通地区健康づくり教室～クリーンウォーキング」を開催しました。同地区の住民約30人が1時間程度、花などを楽しみながらウォーキングした後、大通公園の清掃活動を行いました。



川面を渡る涼風を楽しみながら (6/27)

札幌市と各区健康づくりグループ主催による「第1回市民交流ウォーキング大会」が開催され、市民約300人が、初夏のウォーキングを楽しみました。

元気よく中島公園を出発した参加者は、晴れ渡った空の下、気持ちよさそうに豊平川河川敷を歩き、ゴールの中島公園を目指しました。



広告