

あべっ



厚別区シンボルマーク

厚別区民のページ

2009年2月号

1月1日現在 ()は前月比
厚別区の 人口 129,309人 (-39)
人口・世帯数 男 59,881人 (-26)
女 69,428人 (-13)
世帯数 54,495世帯 (+37)

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

厚別人

今月から題字が変わりました。
書/映画監督 菅原浩志 (12月号で紹介)

有限会社ソノーク代表取締役

栗田 正樹

Profile (プロフィール)

くりた・まさき

※色弱のデザイナー・アーティスト。55歳。
NPO法人北海道カラーユニバーサルデザイン機構 (以下、機構) 副理事長。2008年11月色弱の本を出版。厚別区在住。

「色覚」は特性。 私が伝えられることは？

その後、デジタルアニメ制作の現場へ転職。「パソコンでは色をマップで選ぶので、自信を持って自由に色を塗ることができる。」※色弱でもデザイナーになれるし「アートも創れる！」と爆発的に色を使い始めました。絵画のコンテストで大賞を取ったのもこのころです。三年前から、多様な色覚

パソコンとの出会い

栗田さんは幼いころから絵を描くことが大好きで、夢はカーデザイナーになることでした。ところが当時は、希望した大学のデザイン学科に色覚制限があり、受験不可。気を取り直して建築の道を選び、国際学生コンペに入賞するなど、充実した日々を過ごします。



▲パソコンを使った着色の様子

※機構の提唱する呼称に従っています。

「色弱は遺伝子の特性で、いわば血液型のようなもの。違っているから面白いし、創作のエネルギーにもなる」と楽しそうな栗田さんです。

違いは価値

「色弱は遺伝子の特性で、いわば血液型のようなもの。違っているから面白いし、創作のエネルギーにもなる」と楽しそうな栗田さんです。

日本人の場合、色弱は男性の二十人に一人、女性の五百人に一人の割合です。活動の中で、色弱の子を持ち悩んでいるお母さんと話をするうち「色弱は誰の責任でもないし、罪でもない。正しい知識を伝えれば救われる人はたくさんいる」と、自身の体験や色弱の仕組みなどについて書いた『色弱の子を持つすべての人へ』(右写真)を昨年の十一月に出版しました。

悩まなくていい

の人に配慮したカラーユニバーサルデザインを広める活動も始めました。



▲プレゼント

※栗田さんからサイン本プレゼント (抽選で2人)。住所・氏名・電話番号、記事の感想を添え、広聴係(上欄)へはがき、ファクスでご応募ください。2月27日(金)必着。



厚別

1 2009 ● 広報さっぽろ

六十にして学に志す

セカンドライフの生涯学習入門

論語に『子曰く、吾十有五にして学に志す…』とありますが、いくつになっても学び続けることが健康で豊かな生活を送る秘訣かもしれません。区内には手軽に利用できる施設がたくさんあります。何か新しいこと始めてみませんか？

チャート式で
新しい趣味発見！

スタート

「はい」は、白い矢印、
「いいえ」は、黒い矢印
に進みましょう。

はい → いいえ →

もう一度読みましょう

新しいことを
始めたいと思う

健康な生活を
心掛けている

お祭り好き

同じ趣味を
持った仲間を
見つけたい

初対面でも人見
知りしない方だ

考え込まずに、
直感を信じるタ
イプだ

せっかちな性格
だと思う

自分流のストレ
ス解消法がある

一人でいるより
大勢の方が好
き

趣味が多くて、
いろいろなこと
に興味がある

勉強が好きで、
苦にならない

体を動かす
ことが好き

ワイワイ

いろいろ

キッチリ

じつは

人情派
タイプ

好奇心旺盛
タイプ

学者
タイプ

体育会系
タイプ

人情味あふれるあなた、仲間と一緒にワイワイ楽しみたいタイプ。新しいことを始めて、仲間づくりをしてみても？ クラブやサークル感覚で、仲間とおしゃべりしながら気軽に楽しみましょう。

流行に敏感で、多趣味なあなたは、今まで興味がなかったことにチャレンジしてみても？ 人間の幅がもっと広がることでしょ。

探究心があり、こだわりが強く、学ぶ楽しさを知っているあなた。専門機関で、さらに興味を掘り下げてみては。

意外と活動的なあなたは、運動で汗を流し、リフレッシュしてみても。健康づくりにも役立つスポーツ系の講座で、心も体も元気になりましょう。

オススメ講座 趣味・サークル系講座
老人クラブ
厚別老人福祉センター
瑞穂大学

オススメ講座 教養系講座
厚別区民センター
厚別西地区センター
厚別南地区センター
(厚別区外)
生涯学習センター、市民情報センター、ボランティア研修センター

オススメ講座 歴史・科学系講座
青少年科学館
北海道開拓記念館
北海道開拓の村
(厚別区外)
緑のセンター、博物館活動センター、さとらんど、札幌市文化資料室、札幌市資料館、芸術の森

オススメ講座 スポーツ・健康系講座
厚別区体育館
厚別温水プール
(厚別区外)
健康づくりセンター

講座の開設や募集時期は施設によりそれぞれ違います。左ページの連絡先にお問い合わせください。

さあ、始めましょう！



生活を豊かに
地域を豊かに

老人クラブ

【詳細】 厚別区役所 保健福祉課
☎895-2400内線343

厚別区には39の老人クラブがあります。生きがいづくりのレクリエーション、健康づくりの研修会、地域貢献のボランティア活動などが行われています。随時会員募集中。クラブごとにさまざまな活動をしていますので、お問い合わせください。

▲音楽療法研修会の様子

始めてみませんか！

あつべつの 生涯学習

区内で行われている生涯学習の取り組みを紹介します。ほかにも区民センターや地区センター、青少年科学館など、厚別区には学べる場が多くあります。



厚別老人福祉センター

【詳細】 厚別中央1条7丁目17の25 ☎892-2211



60歳以上の方が無料で利用できるセンター。

木彫、生け花など教養講座も豊富。事前申し込みが必要な講座と、ダンスや歌などの自由参加講座がある。(詳細、厚別5ページ)

◀皮革工芸の講座の様子

みずほ 瑞穂大学

【詳細】 厚別区役所 地域振興課
☎895-2400内線504

無料で参加できる、65歳からの教養教室。毎回、教養や趣味などさまざまな分野の講義が行われる。(例年、春から夏ごろに、募集しています)

絵手紙を描く授業▶



施設一覧

講座の内容・募集、施設の利用方法などは、各施設にお問い合わせください。

施設	所在地・連絡先	施設・講座概要
厚別区民センター	厚別中央1条5丁目3の14 ☎894-1581	講座の詳細は、厚別5ページ
厚別西地区センター	厚別西4条4丁目10の1 ☎896-2000	講座の詳細は、厚別5ページ
厚別南地区センター	厚別南7丁目9の1 上野幌小学校4階 ☎896-3000	講座の詳細は、厚別6ページ
厚別区体育館	厚別中央2条5丁目1の20 ☎892-0362	一般開放のほか、スポーツ講座を開講
厚別温水プール	厚別中央2条6丁目3の1 ☎896-1861	水泳・アクアビクスなどの講座を開講
青少年科学館	厚別中央1条5丁目2の20 ☎892-5001	科学展示ほか、天体観望会も開催
北海道開拓記念館	厚別町小野幌53の2 ☎898-0456	文化歴史資料が豊富な博物館
北海道開拓の村	厚別町小野幌50の1 ☎898-2692	野外博物館。歴史的建造物の展示
生涯学習センター	西区宮の沢1条1丁目1の10 ☎671-2121	さっぽろ市民カレッジなどの講座を開講
市民情報センター	白石区東札幌5条1丁目1の1 ☎820-3980	パソコン講習を開催
ボランティア研修センター	中央区北1条西9丁目リンケージプラザ2階 ☎223-6005	福祉関連の研修会を開催
健康づくりセンター	中央：中央区南3条西11丁目 ☎562-8700 東：東区北10条東7丁目 ☎742-8711 西：西区八軒1条西1丁目 ☎618-8700	健康づくりをサポートする施設 ヨガ、太極拳などの運動教室を開催
豊平公園緑のセンター	豊平区豊平5条13丁目 ☎811-6568 (緑の相談：☎811-9370)	季節ごとに植物や園芸の講座を開講 植物に関する相談コーナーもある
百合が原緑のセンター	北区百合が原公園210番地 ☎772-3511	
平岡樹芸センター	清田区平岡4条3丁目 ☎883-2891 (4月28日まで冬季休園)	野菜の収穫、食材加工の体験ができる 企画展のほか、自然科学の講座を開講
さとらんど	東区丘珠町584番地2 ☎787-0223	
博物館活動センター	中央区北1条西9丁目リンケージプラザ5階 ☎200-5002	歴史や文化についての相談ができる
札幌市文化資料室	(郷土史相談室) 中央区南8条西2丁目 ☎521-0207	展示のほか、文化講演や法律講座を実施
札幌市資料館	中央区大通西13丁目 ☎251-0731	陶芸・版画などの工芸講習会を開催
札幌芸術の森	(クラフト工房) 南区芸術の森2丁目75番地 ☎592-4122	



厚別区からのお知らせ

2月

主な札幌市施設・窓口の一覧

厚別区役所 ☎995-2400 (代表)
 厚別保健センター ☎995-1881
 厚別区民センター ☎994-1581
 厚別図書館 ☎994-1590
 (所在地 厚別中央1の5)
 厚別区土木センター ☎997-3800

各地区のまちづくりセンター

厚別中央 (厚別中央4の3) ☎991-3907
 厚別南 (厚別南1) ☎991-1666
 厚別西 (厚別西2の3) ☎991-4555
 もみじ台 (もみじ台北7) ☎997-6121
 青葉 (青葉町3) ☎992-8177
 厚別東 (厚別東4の4) ☎997-2885

国保の夜間納付相談

■保険料の減免

病気や失業などにより収入が減少して保険料納付が困難になった方は、申請により減免になる場合があるので、ご相談ください。

■夜間納付相談

▷日時 2月12日(木)、26日(木)午後8時まで

▷場所 区役所1階9番窓口

(時間外出入口からお入りください)

【詳細】 保険年金課収納係 ☎995-2400内線395～397

児童クラブ・児童育成会のご案内

留守家庭の子どものために児童クラブなどを開設しています。詳しくは本誌24ページをご覧ください。

■児童クラブ開設の児童会館

児童会館名	所在地	電話番号
しなの	厚別中央4の5	891-2025
ひばりが丘小ミニ	厚別中央2の4	896-8822
厚別南	厚別南1	894-1710
上野幌	上野幌1の2	895-9749
上野幌東小ミニ	上野幌2の4	802-3132
厚別西	厚別西2の4	891-7237
厚別北小ミニ	厚別北2の3	894-3015
もみじ台	もみじ台北6	897-0775
もみじ台ふれあい	もみじ台東7	897-4760
もみじ台小ミニ	もみじ台北5	898-8686
青葉	青葉町7	895-9962
厚別東	厚別東3の4	897-4425

■民間児童育成会

児童育成会名	所在地	電話番号
NPO法人キッズクラブ	厚別南1	894-7102
ネバーランド	大谷地東5	894-9021
厚別あゆみクラブ	厚別西1の1	893-3344
共同学童保育所 あめんぼクラブ	厚別東2の4	897-1916

【詳細】 子ども未来局子ども企画課 ☎211-2982

新さっぽろ ふれあい音楽祭

▷内容 厚別北中学校吹奏楽部や近隣市の皆さんによるステージ発表と札幌メンバーとして活躍された^{たけつよしお}竹津宜男氏、^{しんがいゆうじ}真貝祐司氏、^{わたなべだいごろう}渡部大三郎氏ほかによるカスタネットとジャズの演奏

▷日時 2月21日(土)午後1時30分～(開場1時)

▷会場 厚別区民センター ▷定員 250人【先着順】

▷申込方法 2月17日(火)午前8時45分から、厚別区民センターで整理券を配布(一人2枚まで。無料)

【詳細】 地域振興課 ☎995-2400内線503、505

市税の夜間・休日納付相談

2月は市税の滞納整理強化月間です。事情により納付が困難な場合はご相談ください。

▷日時 夜間 = 2月16日(月)～20日(金)午後8時まで。

休日 = 2月21日(土)、22日(日)午前9時～午後4時

▷場所 区役所2階 納税課窓口

(時間外出入口からお入りください)

【詳細】 納税課 ☎995-2400内線267～270、299

両親学級

▷内容 育児実習・妊婦疑似体験ほか

▷日時 3月6日(金)午後6時30分～8時30分

▷会場 厚別保健センター

▷対象 第一子の出産予定日が平成21年5月～8月の夫婦

▷定員 40組【先着順】 ▷費用 無料

▷申込方法 2月16日(月)～27日(金)に電話で

【申込先】 厚別保健センター ☎995-1881

市民健康教育

▷テーマ 体の若さを保つための貯筋^{ちよきん}

▷日時 2月18日(水)午後1時30分～2時30分

▷会場 厚別区民センター

▷講師 勤医協もみじ台内科診療所 所長^{さくま}佐久間^{さとし}哲氏

▷費用 無料。直接会場へ

【詳細】 厚別保健センター ☎995-1881



厚別区民センターからのお知らせ

■親子クッキング「にぎり^{すし}鮎にチャレンジ！」

- ▷日時 3月7日(土)午前10時～午後2時
▷対象 小学3～6年生とその保護者
▷定員 24人【先着順】 ▷費用 1,500円
▷申込方法 2月16日(月)午前10時30分から電話で
▷費用納入 2月23日(月)午後6時30分まで

■男女共同参画推進事業～黒岩静枝^{くろいわしずえ}ジャズコンサート

- ▷日時 3月1日(日)午後2時～3時30分
▷申込方法 2月23日(月)午前9時から厚別区民センターで整理券を配布(無料) ▷定員 300人

■講演会「山から広がる趣味と人脈」

- ▷日時 3月9日(月)午後2時～3時30分
▷定員 100人 ▷費用 無料。直接会場へ
申込先 厚別区民センター ☎894-1581

たのしいお話し会

- ▷日時 2月21日(土)、28日(土)、3月7日(土)午後2時から
▷会場 厚別図書館 ▷費用 無料。直接会場へ
詳細 厚別図書館 ☎894-1590

1 DAYチアダンス～親子編 & 大人編 ワンデイ

厚別区まちづくり事業企画提案制度
＜企画・運営 北星学園大学チアダンス部＞

- ▷日時 ①親子編 = 2月21日(土)午前9時30分～11時30分。②大人編(中学生以上) = 2月28日(土)午前9時30分～11時30分
▷会場 厚別区体育館(厚別中央2の5)
▷定員 各40人【先着順】 ▷費用 各300円
▷申込方法 開催日前日までに電話で
申込先 地域振興課 ☎895-2400内線230

親子deリズムdeおどっちゃオ



- ▷日時 3月13日(金)午前10時30分～正午
▷会場 厚別区民センター
▷対象 就学前の子どもとその保護者
▷定員 50組【先着順】 ▷費用 無料
▷申込方法 2月18日(水)午前9時から電話で
申込先 健康・子ども課子育て支援係 ☎895-2400内線507

厚別老人福祉センターからのお知らせ 申込先 厚別老人福祉センター(厚別中央1の7) ☎892-2211

講座名	曜日	時間	定員	期間	申込方法など
皮革工芸	月	午前10時～正午	12人	1 年	▷費用 無料（教材費別途） ▷対象 60歳以上で同一講座の受講歴のない初心者の方 ▷申込方法 2月16日(月)～27日(金)の午前9時30分～午後4時に老人福祉センターの利用登録証か、年齢と住所を確認できるものをお持ちの上、直接【多数抽選】 ▷その他 受講開始は、4月からです。各講座とも月3回実施
英会話	月	午前10時～正午	18人	6 カ月×2 期	
木彫	火	午後1 時～3 時	12人	1 年	
生花	火	午前10時～正午	14人	1 年	
ペン習字	水	午前10時～正午	20人	1 年	
茶道	水	午後1 時～3 時	14人	1 年	
書道	金	午前10時～正午	26人	1 年	
※自由に参加できる詩吟、舞踊、カラオケ、民謡、ダンス、健美操もあります					

厚別西地区センターからのお知らせ 申込先 厚別西地区センター(厚別西4の4) ☎896-2000

講座名	開講日	時間	定員	受講料	教材費
①手作り餃子	3/7(土)	午前10時～正午	15人	大人500円 子ども300円	一人500円
②園芸に親しむ2 おいしい野菜づくりほか	3/4(水)	午前10時～正午	20人	無料	
③リサイクル手芸2 牛乳パックで作るトレイ	3/11(水)	午後1時30分～3時30分	20人	無料	
▷対 象 ①5歳以上の方（保護者同伴）。②③15歳以上の方（中学生を除く）					
▷申込方法 2月20日(金)の午前9時～午後5時に電話で【先着順】					
▷費用納入 ①の費用は2月26日(木)の午前9時～午後5時に納入してください。					

厚別南地区センターからのお知らせ

申込先 厚別南地区センター（厚別南7）☎896-3000

講座名	開講日	時間	定員	受講料	教材費
①英語でPops ^{ポップス} を歌おう	2/26(木)	午後1時30分～2時40分	15人	無料	
②デジカメ初めの一步	3/12(木)、13(金)、14(土)	午後1時30分～4時30分 ※14日のみ3時30分まで	20人	2,300円	3,400円

▷対象 ①②15歳以上の方（中学生、高校生を除く）
 ▷申込方法 ①は2月18日(水)、②は2月25日(水)の午前9時～午後5時に電話で【先着順】
 ▷費用納入 ②の費用は3月3日(火)、4日(水)の午前9時～午後4時に納入してください。

税の申告が始まります

- 住民税と所得税の申告は3月16日(月)までです。
- 申告期限が近づくと会場は大変混雑します。
- 下表の通り申告の受け付けを行いますので、気軽にご相談ください。

ご来場の際は、
公共交通機関を
ご利用ください

	市・道民税（住民税）の申告	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）	
期間	3月2日(月)～16日(月) ※土・日曜日は休みです。	2月16日(月)～ 3月16日(月) ※土・日曜日は2月22日(日)と 3月1日(日)を除き休みです。	2月16日(月)～ 3月4日(水) ※土・日曜日は休みです。	2月16日(月)～ 3月6日(金) ※土・日曜日および2月23日 (月)は休みです。
時間	午前8時45分～午後0時15分 午後1時～5時15分	午前9時～午後5時	午前9時30分～正午 午後1時～4時	午前9時30分～午後4時
会場	厚別区役所2階会議室B	札幌東税務署 (〒004-0004 厚別東4の4)	交通局本庁舎2階 (大谷地東2) ※駐車場はありません。	教育文化会館3階 (中央区北1西13) ※駐車場はありません。
詳細	課税課市民税係 ☎895-2400内線282～286	札幌東税務署 ☎897-6111 (自動音声応答によるご案内となります)		
備考	所得税の確定申告をされた方は、住民税の申告は必要ありません。	■確定申告書および還付申告書はご自分で作成の上、郵送などにより札幌東税務署へ送ることもできます。また、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。 ■交通局本庁舎の会場は、込み具合により、終了時刻前に受け付けを終了させていただきます場合があります。また、午前中に受け付けされた方でも、午後からの相談になる場合がありますので、ご了承ください。		

ご自宅のパソコンで申告書を作ってみませんか？

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、税額が自動計算され、計算誤りも防止できますので、ぜひご利用ください。

また、「e-Tax」^{イータックス}から申告すると最高5,000円の税額控除、添付書類の提出不要、還付金の振り込みがスピーディーになるなどのメリットがあります。

広告

区役所から

毎週水曜は厚別ふれあい・ほっと・ステーション（17.6メガヘルツ 午前10時45分から）

ワイワイ冬フェスタ

～そりすべりで大興奮！

子どもたちがさまざまな雪遊びを楽しむイベント。親子連れなど約380人が参加しました。



1月8日 熊の沢公園

ちょっと大人のカルチャーナイト ～スローライフなタベ！

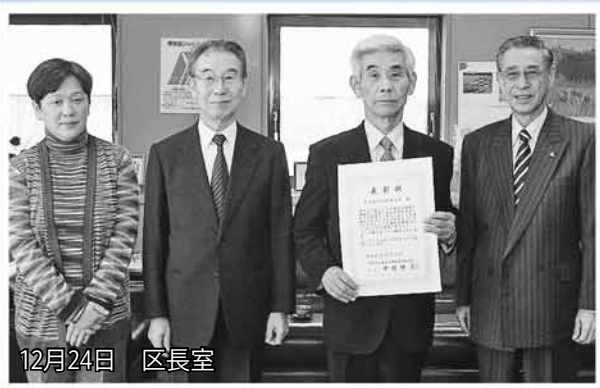


1月17日 サンピアザ水族館

サンピアザ水族館など3会場で、普段とはちょっと違った新さっぽろを楽しみました。

交通死亡事故ゼロ1,000日達成！

～厚別東地区



12月24日 区長室

厚別東地区が12月18日で交通死亡事故「ゼロ」1,000日を達成。
厚別東町内会連合会など交通安全関係団体が表彰されました。

ピカッ写真館

区内の出来事を写真で紹介！



ワンデイ

1DAY チアダンス～キッズ編 ～ダンスで笑顔いっぱい！

3歳から11歳までの34人が、北星学園大学チアダンス部が考案したダンスのレッスンを受けました。



1月10日 厚別区体育館

平成21年厚別区新成人のつどい ～今日から大人の仲間入り

区内の新成人1,120人が集まりました。



1月12日 シェラトンホテル札幌

※厚別区ホームページで新成人のつどい写真館を公開しています。

広告



厚別

7

2009 ● 広報さっぽろ



一年の中でも特に寒い季節になりましたね。日々の育児にちょっとしたアクセントで、お部屋での時間も、ほんわか楽しくなりますよ。

アドバイス1
違いを楽しむ

ちょっぴり特別

“簡単にできて、少しでもいつもと違うこと”してみませんか。小さなスペシャルにワクワク笑顔の子ども。思わず大人もニコニコですね。



ご飯をお弁当箱に盛り付けしてみる

いつもと違う部屋でおやつを食べる



ハンバーグをウサギの形にしてみる



普段使っていないおもちゃを出してみる

アドバイス2
季節を楽しむ

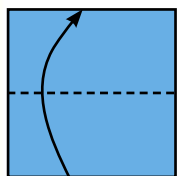
季節を感じて楽しもう



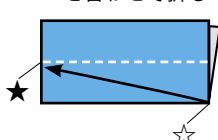
おひなさまを飾ったり、小さなスペースに季節の飾りをしてみる…。子どもとしゃべったり歌ったりしながら季節を感じてみませんか。

サクラの切り紙を作って飾ろう！

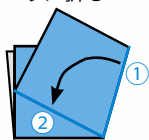
①点線で半分に折る



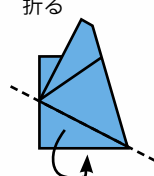
②折り目（白線）をつけ、★と☆を合わせて折る



③青線①②を合わせるように折る



④向こう側に折る



⑤ペンなどで目印を書いて、はさみで切る



⑥開いて完成！



まちづくり情報館

地域の活動は、市民自治の出発点。厚別区で行われているまちづくり活動や団体などを紹介します。

フォトボランティア「ポレポレ」

～心のぬくもりを写したい！

フォトボランティア「ポレポレ」は、写真を通して地域に貢献したいと写真好きな人が集まって、平成6年に結成されました。現在、年齢も職業もさまざまな12人の会員によって、写真撮影のボランティア、社会福祉などの広報活動を行っています。

具体的には、福祉団体などの祭りや旅行会といった行事の際の写真撮影を担っています。区民まつりでも長年にわたり撮影を担当し、今で



▲撮影ボランティアとして活動するメンバー



▲平成20年の区民まつりでも活躍

はなくてはならない存在です。

また、福祉施設などで撮影した写真を展示して、福祉の実態を地域住民へ伝えるため「生き生き写真展」を実施しています。今後は、写真を販売して、その収益金を福祉施設などに寄付するための「チャリティー写真展」の実施を考えています。

代表の江上宏さんは「私たちは、心のぬくもりを写真で表現していきたいと思っています。これまでの活動を通して、社会福祉に対する意識もとても高くなりました」と話します。

グループ名の「ポレポレ」は、スワヒリ語で「ゆっくり」という意味。ゆっくりと、でも、しっかりと“心に残る一枚”を撮るために活動しています。