

あべっ

厚別区民のページ

2009年3月号



2月1日現在 ()は前月比
厚別区の人口 129,324人 (+15)
人口・世帯数 男 59,876人 (-5)
女 69,448人 (+20)
世帯数 54,552世帯 (+57)

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

子どもたちに思い出を贈りたい



第1回の新さっぽろ冬まつりから企画や当日の運営に参加



子どもの安全のためのネットワークづくりで厚別区まちづくり事業企画提案制度に参加

栗井さんは、二年前から札幌市厚別区PTA連合会（以下、区P連）の会長を務めています。区P連は、区内二十七の市立幼稚園、小・中学校のPTAで構成され、研修や親子で参加する事業、地域との連携として区民まつりや新さっぽろ冬まつりへの参加など、さまざまな活動をしています。

活動の思い

仕事をしながらの活動は時間のやりくりが大変ですが、「小学生のころ、PTAが校庭に造ったスケート

リンクで楽しく遊びました。それをきっかけに、今でもアイスホッケーを楽しんでいます。そんなふうに、ずっと心に残る思い出を子どもたちにあげたい」と目を輝かせ、活動への思いを語ります。

子どものために

活動する上で大切なのはコミュニケーション。企画一つにも会議で議論を重ね、「子どものために何ができるのか」を常に考えます。本年度の区P連の活動テーマは「子どもたちの未

来に向けて、夢と希望の持てる架け橋に”。子どもたちが対象の事業でも、楽しむだけではなく何かを学んでほしいと思い、“生きること”を親子で考えられるような映画鑑賞会や水族館見学会などを行いました。

守りたいもの

幼いころからの思い出が詰まった、厚別の地が大好きという栗井さん。「子どもが大人になったとき、活気のない寂しい土地にならないように、今後も地域と連携して盛り上げていきたい」と熱く語ります。

厚別人

書／映画監督 菅原浩志

札幌市厚別区PTA連合会会長

栗井 信雅

Profile (プロフィール)

あわい・のぶまさ

2年前から厚別区PTA連合会の会長を務める。4児の父。厚別区在住。45歳。



厚別

1 2009 ● 広報さっぽろ

リユース広場で ごみ減量！

プレオープン中のリユース広場では、家庭で不用となった家具類を大型ごみ収集で回収し、清掃・簡易修理して展示即売しています。リユース（再使用）でごみ減量を！

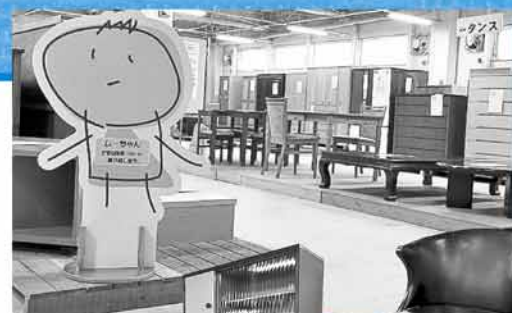
※ごみとして捨てられたものではなく「リサイクル」を希望したもののみをコンテナなどで傷がつかないように回収しています。廃棄とは申し込みの時点から異なります。



家具

掘り出し物があるかも…

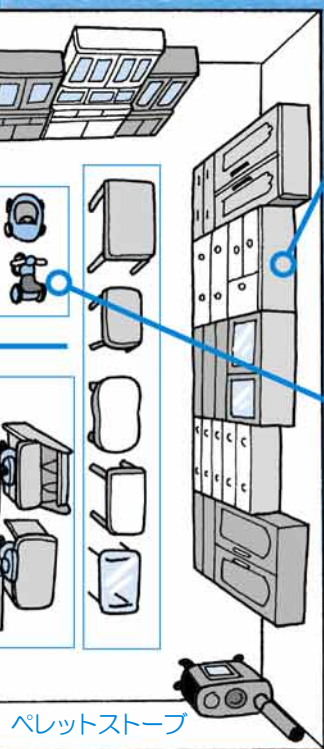
回収された家具がきれいに生まれ変わりました。1,000円のイス、1,000円の食器棚、2,000円のタンス…など、市価の10分の1程度の価格でご提供。



子ども遊具

大人も子どもも満足！

ベビーカーや、子ども用自転車などがあります。成長に合わせて買い換える必要があるものなのでリユース品がお得です。



回収された家具などを、市民ボランティアの皆さんがきれいに清掃・簡易修理を行っています

リユース広場Q&A

Q 1 何を売っているの？

A 家具類・自転車・子ども用遊具です。

Q 2 購入した家具を自分で運べない場合は？

A 配送業者をご紹介します。また、展示されているリユース品の価格は送料込みで表記されています（自転車を除く）。ご自身で運ぶ場合は送料分は差し引かれます。

Q 3 うちにある家具を提供したいんだけど…どうすればいいの？

A 大型ごみ収集センター（☎281-8153）に「リサイクルで」とお申し出の上、大型ごみとして出してください（大型ごみと同額の手数料が掛かります）。※リユース広場には持ち込めません。



自転車

安くて安全な自転車あります

回収された自転車を自転車整備士が安全確認しています。TSマーク（傷害及び賠償責任保険付帯）が付いているので安心です。

・価格3,000円から4,500円程度 ・毎回10台程度出品



自転車購入の流れ ～ 抽選になります

- ①火曜日から翌週金曜日まで展示・応募。
（事務室にある応募用紙にて）
- ②土曜日に抽選。当選者のみに電話連絡します。
（来場しなくても大丈夫です）
- ③日曜日から引き渡し。代金と応募半券が必要。



資源回収

出し忘れた資源物を！

資源物を回収しています。集団資源回収などで出し忘れた資源物があった時などにご利用ください。（開館時間内）



- ・新聞、雑誌、段ボール、紙パック、雑がみ（汚れていない紙全般）
- ・びん、缶、ペットボトル
- ・毛布、古布（シーツ・タオル・下着などの薄手の布類、綿50%以上のもの）
- ・廃食油、家庭用廃蛍光管、乾電池、小型充電電池
- ・生ごみ堆肥（ご家庭にて一次処理済みのもの）
- ・小物金属類・容器包装プラスチック

ひもで縛る、すすぐなど適切な方法でお出ください。



購入申込書を取る

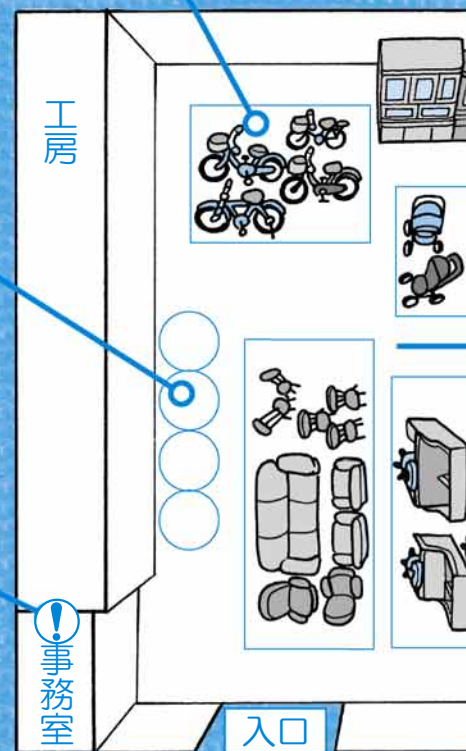


←表示が「売約済」に

購入の流れ ！

- ①気に入った品物が見つかったら…
- ②品物に付いている「購入申込書」を取る
- ③事務室でお会計

注意：品物のお取り置きはできません。購入後の返品、修理は承っていません。



※展示レイアウトは随時変更になります。

お問い合わせは…

リユース広場（リユースプラザ内）

- 所在地：厚別東3条1丁目1-10
- 交通：地下鉄東西線「新さっぽろ駅」7・9番出口徒歩8分
- 利用時間：午前10時～午後3時（販売は午後2時まで）
- 休館日：月曜日（祝日の際は火曜日）、第5日曜日
- お問い合わせ：☎375-1133

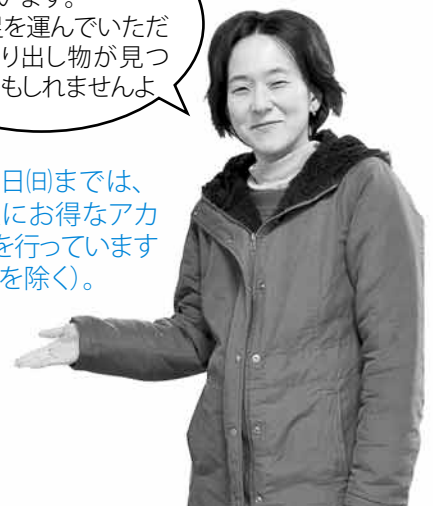


リユース広場のプレオープンは4月5日(日)まで。4月中旬には、新たな普及啓発拠点として「リユースプラザ」がグランドオープンします。
※4月6日(月)からグランドオープン準備のため一時休館いたします。

スタッフこぼれ話

平日（月曜日を除く）も開館しています。何度か足を運んでいただくと掘り出し物が見つかるかもしれませんよ。

4月5日(日)までは、学生対象にお得なアカデミー割を行っています（自転車を除く）。



厚別区からのお知らせ

3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

厚別区民センターからのお知らせ

■新さっぽろ 春の大道芸



パントマイムやジャグリングなどの大道芸とひとりのオペラをお楽しみください。

- ▷日時 3月14日(土)午後2時～(開場1時30分)
▷定員 300人【先着順】 ▷費用 無料
▷申込方法 3月11日(水)午前8時45分から厚別区民センターで整理券を配布

■江別弦楽アンサンブルコンサート



- ▷日時 3月21日(土)午後2時～(開場1時30分)
▷定員 300人 ▷費用 無料。直接会場へ

■懐メロ体操講座～心と体の体操～

- ▷日時 3月23日(月)午前10時～正午
▷対象 15歳以上の方(中学・高校生を除く)
▷定員 40人【先着順】 ▷費用 800円
▷申込方法 3月12日(木)午前10時30分～午後6時30分に電話で
▷費用納入 3月12日(木)～18日(水)午前10時30分～午後6時30分に厚別区民センターへ

【申込先】 厚別区民センター ☎994-1581

相談日変更のお知らせ

区役所相談コーナーで行っている交通事故相談(毎週水曜日)は、4月から毎月第2・第4水曜日の月2回に変更となります。

【詳細】 総務企画課 ☎995-2400内線225

たのしいお話し会

- ▷日時 3月14日(土)、21日(土)、28日(土)、
4月4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 ☎994-1590

絵本リサイクル

家庭で眠っている絵本を譲ってください。

- ▷本の種類 乳幼児向け絵本(図鑑・月刊誌は除く。汚損していないもの)
▷受付期間 3月11日(水)～18日(水)
平日午前8時45分～午後5時15分
▷受付場所 健康・子ども課子育て支援係(厚別区民センター内)に直接
▷活用方法 保育園・子育てサロンなどで活用
【詳細】 健康・子ども課子育て支援係 ☎995-2400内線507

絵本の読み聞かせボランティアの募集

10カ月健診で親子に絵本の読み聞かせをしてくれるボランティアを募集します。

- ▷対象 第1・第3水曜日の午前9時30分～11時に年2回以上活動が可能の方

【申込先】 厚別保健センター ☎995-1881

胃がん・大腸がん検診

- ▷実施日 4月14日(火)
▷受付時間 午前8時45分～10時
▷会場 厚別保健センター ▷対象 40歳以上の方
▷費用 胃がん=700円、大腸がん=400円
▷申込方法 4月7日(火)までに電話または直接
▷その他 減免制度あり

【申込先】 厚別保健センター ☎995-1881

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 3月12日(木)、26日(木)、4月9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

川への雪捨てや川に近づくことはやめましょう

川に雪を捨てると、水の流れが悪くなり川があふれる原因となります。川に雪を捨てないようにしましょう。また、川の周辺の雪や氷は崩れやすく、危険ですので、川に近づかないでください。

【詳細】 建設局河川管理課 ☎818-3415

子ども映画会

▷日時 3月23日(月)午後1時40分～2時20分

▷会場 厚別南地区センター（厚別南7）

▷費用 無料。直接会場へ

【詳細】 厚別南地区センター ☎896-3000

厚別区体育館 スポーツ講習会

家庭料理を通じた異文化交流

厚別区まちづくり事業企画提案制度
＜企画・運営 We Can（ウィー・キャン）＞

家庭でできるタイ料理（グリーンカレー、春雨サラダなど）を作りながら交流を深めましょう。



▷日時 3月21日(土)午後1時30分～4時30分

▷会場 厚別区民センター

▷定員 20人【先着順】 ▷費用 300円

▷申込方法 3月11日(水)～16日(月)に電話で

▷持ち物 エプロン、タオル、筆記用具

【申込先】 地域振興課 ☎895-2400内線230

【申込先】 厚別区体育館（厚別中央2の5） ☎892-0362

講座名	開講期間(予定)	曜日	時間	回数	定員	受講料	対象
テニス	初心者	4/10～6/12	金	午後3時～5時	10回	20人	8,900円
	初中級	4/6～6/15	月	午後6時30分～8時30分	7回	10人	6,200円
	上級	4/6～6/15	月	午後3時～5時	7回	10人	6,200円
生活習慣改善体操	4/6～9/7	月	午前9時30分～10時45分	15回	20人	9,100円	16歳以上
アンチエイジング体操	4/6～9/7	月	午前10時30分～正午	15回	30人	7,700円	
あんにょんはせよ体操	4/6～9/7	月	午後1時30分～3時	15回	20人	9,100円	
健美操	4/8～9/2	水	午前9時30分～10時30分	20回	10人	17,700円	
パワーヨガ	4/7～8/25	火	午後7時～8時	20回	10人	17,700円	
パワーヨガ入門	4/8～9/2	水	午後7時～8時	20回	10人	17,700円	
背骨コンディショニング	4/10～8/21	金	午前11時15分～午後0時45分	20回	20人	12,100円	
エアロエクササイズ	4/11～9/19	土	午後6時15分～7時30分	20回	20人	12,100円	
ピラティス	4/11～9/19	土	午後7時30分～8時30分	20回	20人	12,100円	
バスケットボール	4/10～2/5	金	午後1時～3時	40回	15人	33,600円	
少年少女テニス	4/6～6/15	月	午後5時～6時30分	7回	10人	5,200円	小学4～6年生
親子あそび体操	4/8～6/24	水	午後1時30分～2時30分	10回	10組	6,100円	2・3歳児と保護者
少年少女バドミントン	4/9～9/1	火・木	午後4時～5時45分	40回	45人	28,000円	小学1年生～中学1年生
げんきキッズ	4/7～8/25	火	午後4時45分～5時45分	20回	20人	12,800円	小学1、2年生
バトントワリング(月)	4/6～3/15	月	午後6時30分～7時45分	30回	15人	25,200円	小学生以上
バトントワリング(木)	4/9～1/21	木	午後5時～6時	40回	15人	33,600円	小学生以上
幼児体操クラブ5歳コース	4/8～2/10	水	午後2時45分～3時45分	40回	10人	29,000円	5歳児
幼児体操クラブ6歳コース	4/10～3/5	金	午後2時30分～3時30分	40回	10人	29,000円	6歳児
ジュニア体操(水)	4/8～2/10	水	午後4時～5時30分	40回	10人	35,700円	小学1～3年生
ジュニア体操(金)	4/10～3/5	金	午後3時40分～5時10分	40回	10人	35,700円	小学1～3年生
ジュニアヒップホップ	4/11～9/19	土	午後5時15分～6時15分	20回	20人	12,100円	小・中学生
ジュニアミックスダンス	4/6～3/15	月	午後5時～6時	30回	20人	21,800円	小学1～6年生

▷申込方法 3月12日(木)～18日(水)の午前9時～午後9時に、直接または電話で【多数時抽選】

▷受講料納入 3月20日(祝)～26日(木)の午前9時～午後8時に厚別区体育館へ

▷その他 対象の年齢・学年は4月からの新年度のものとなります。この他にも、卓球・テニス・バドミントンなどさまざまな講習会があります。また受講料の減額制度などもありますので詳しくは、お問い合わせください。

引っ越し時の 手続き

見方
厚 厚別区役所で手続き
新 新住所地の区役所で手続き
不要 手続きが不要

<青字> は手続きに必要なもの
 届出人の本人確認書類 = 免許証、保険証など
〔詳細〕 厚別区役所 ☎895-2400 (代表)

項目		転出（厚別区から市外へ）	札幌市内・厚別区内での転居	窓口	担当
住民登録 （住民票の異動）		●転出先の住所を確認して転出届を提出 ⇒厚別区で転出証明書を発行 ＜届出人の本人確認書類＞	新転居後14日以内に転入・転居届を提出 ＜届出人の本人確認書類＞ ※新住所は、○番○号、または○番地○（枝番）まで必要	1階 ⑥番	戸籍住民課
印鑑登録		不要転出届により自動的に廃止 印鑑登録証を返還または自分で破棄	不要転入・転居届により自動的に住所が更新		
転校（小・中学校）		今までの学校から在学証明書をもらい、転出先の市町村で手続き	新転入・転居届により入校票を発行しますので、在学証明書とともに新しい学校で手続き		
国民健康保険 後期高齢者医療制度		●転出前に脱退の届け出　＜保険証＞	新転居後14日以内に住所変更の届け出 ＜保険証＞	1階 ⑨番	保険年金課
介護保険		●転出前に資格喪失手続き。認定を受けている方は、受給資格証明書の交付を受けてください　＜保険証または資格者証＞	新住所変更の届け出。保険証または資格者証の差し替え ＜保険証または資格者証＞		
国民年金	加入者	第1号被保険者と任意加入者は新住所地で住所変更の届け出	不要転入・転居届により自動的に更新		
	受給者	第3号被保険者（厚生年金・共済年金の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者）は、配偶者の勤務先を通じて社会保険事務所に届け出 転出先の市区町村に備え付けのはがきを、社会保険事務所に送付	新住所地の区役所に備え付けのはがきを、社会保険事務所に送付		
児童手当		●転出前に、受給事由消滅届の提出 ＜転出証明書＞	不要転入・転居届により自動的に住所が更新	2階 ③番	保健福祉課
児童扶養手当 特別児童扶養手当		●住所変更の届け出　＜手当証書＞ ※新住所地で住所変更の届け出が必要	新住所変更の届け出 ＜手当証書、児童扶養手当のみ住宅の状況が分かる書類等＞	2階 ④番	
各種医療費の助成 （子ども・重度心身障害・ひとり親家庭）		●転出前に受給者証の返還	新住所変更の届け出 ＜受給者証＞	2階 ②・③番	
身体障害者手帳 療育手帳 精神障害者保健福祉手帳		●交通費助成を受けている方は、福祉乗車証などの返還⇒ 1階⑭番窓口へ ※新住所地で住所変更の届け出が必要	新住所変更の届け出 ＜身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳＞	1階 ⑬番	
特別障害者手当 障害児福祉手当 福祉手当		●転出の届け出　＜印鑑＞ ※新住所地で住所変更の届け出が必要	新住所変更の届け出 ＜印鑑、身体障害者手帳・療育手帳＞		
敬老手帳（65歳以上の方）		不要敬老手帳を返還または自分で破棄	不要手帳に新住所をご記入ください		
敬老優待乗車証 （70歳以上の方）		乗車証を返還または自分で破棄 ●未使用の乗車証については、納入金を返還請求できます	不要そのまま利用できます	1階 ⑭番	
固定資産税		土地や家屋などの資産が所在する市区町村で住所変更の届け出（電話・はがきでも可）		2階 ⑥番	課税課
原動機付自転車 （125cc以下） 小型特殊自動車		●廃車届の提出（他区役所でも可） ＜印鑑、ナンバープレート、標識交付証明書、届出人の本人確認書類＞	不要転入・転居届により自動的に住所が更新		

※本誌30ページも併せてご覧ください。

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（7.6メガヘルツ）午前10時45分から

広告

アカペラフェスティバル

～みんなでハモろう！

主に道内で活躍している27組のアカペラグループが、見事なハーモニーを披露しました。



2月7日 サンピアザ劇場

ファミリーフェスタ

～親子で楽しもう！



2月7～8日 厚別区民センター

木の砂場、リラックスコーナー、あそびのコーナーのほか、子どもたちのチアダンスで盛り上がりました。

交通死亡事故ゼロ1,000日達成！

～厚別中央地区



2月12日 区長室

厚別中央地区が2月9日で交通死亡事故「ゼロ」1,000日を達成。

厚別中央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！



新さっぽろ冬まつり

～ワクドキ・スノーランド！

会場には、おやすみ雪だるまの滑り台やかまくら、スノーキャンドルの製作体験コーナーなどがあり、大いににぎわいました。



2月7～8日 ふれあい広場あつぽつ

みんなで鬼退治！

～幼年消防クラブが豆まき

幼年消防クラブの園児たちが、節分にちなんだ豆まきで、火遊び鬼をやっつけました。



2月3日 もみじ台幼稚園

広告



厚別

7

2009 ● 広報さっぽろ

子育て

ワンポイント アドバイス

●今月のテーマ●

よくかんで、食べましょう！

最近の子どもは軟らかい食べ物を好み、かむ回数が少なくなっているといわれています。しかし、よくかむことはしっかりと味が分かり、消化もよく、あごの発達にもよい影響を与えます。いつものレシピを一工夫して「よくかむレシピ」にしてみませんか。

注意！

かまずに丸のみをする原因となるので、口の中の食べ物を飲み込んでから水分を取らせましょう



アドバイス1 かむ レシピ

切り方

具材を千切りに



具材はみじん切りよりも、形を残しましょう。オムレツには千切りのジャガイモや野菜を。

アドバイス2 かむ レシピ

キノコ・野菜

カレーにキノコいっぱい



焼きそばに野菜いっぱい

キノコや野菜は加熱すると柔らかくなりますが、食物繊維を多く含む、よくかむ食材です。

アドバイス3 かむ レシピ

乾物

干しイモのおやつ



切り干し大根などの料理を

乾物は生と比べてよくかむ食材です。独特の歯応えが楽しめます。

アドバイス4 かむ レシピ

果物



リンゴはよく洗って皮付きで。ミカン是小房ごと食べましょう。

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。

厚別区少年消防クラブ

～災害のない地域を目指そう！

区内には五つの少年消防クラブ（厚別中央しなの、厚別西、厚別南、もみじ台、あおば）があります。本年度は、小学4年生から6年生の子どもたち91人が、厚別区を災害のない安全なまちにしようと活躍しています。

クラブ員たちは、火に対する正しい知識を持ち、地域の防火・防災に貢献できるようにと、放水訓練やロープの結索訓練など、さまざまな指導を受けます。訓練の成果は、厚別区子どもまつり



クラブ員募集の詳細については、厚別消防署予防課まで

☎892-2100

▲クラブで作製した防火看板



▲昨年12月に行われた老人福祉施設への慰問

で、毎年、披露されています。

また、地域での取り組みとして、小学校に掲示する防火看板を作製したり、老人福祉施設を慰問して防火カレンダーや手作りの防火リースを贈り、子どもやお年寄りに火災予防を呼びかけます。

五つのクラブをまとめる、厚別区少年消防クラブ協議会の我妻志壽夫会長は「クラブで学んだ知識を生かし、卒業後も防火・防災のために活躍してほしいですね」と話します。今年も3月には6年生27人が3年間の思い出を胸に旅立ちます。しかし、地域に貢献しようという気持ちは、先輩から後輩に次々と受け継がれていきます。

ただ今、新年度からの新規クラブ員を募集中です。皆さんも一緒に災害のないまちを目指して活動しませんか。