



2009

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

旭山記念公園から見た市内の風景



都会のオアシス中島公園



両岸に緑地帯が広がる豊平川



公園へ出かけよう!

新緑の季節を迎え、夏がすぐそこまでやっています。

中央区は、近代的なビルが立ち並ぶ都心部がありながら、豊かな自然にも恵まれ、憩いの場や子どもの学び・遊びの場として市民に愛される公園も多く存在します。

今月号では、中央区の魅力あふれる公園の中から、水と親しむことができる公園をご紹介します。

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) 毎週金曜午前11時30分～

人口	215,764人 (前月比 +882)
男	96,134人
女	119,630人
世帯数	118,944世帯 (前月比 +680)
平成21年5月1日現在	

かけよう!

旭山記念公園

市の創建 100 年を記念し、昭和 45 年に完成した市内を一望できる公園です。市民参加による検討を重ね、平成 16 年から再整備工事を行い、平成 21 年 4 月 29 日にリニューアルオープンしました。

展望広場と噴水広場

標高 137.5 ㍎から市内を一望(区民のページ表紙写真参照)でき、藻岩山や円山、遠くは夕張山系なども見渡すことができます。また、直径 20 ㍎の噴水もあります。



散策路

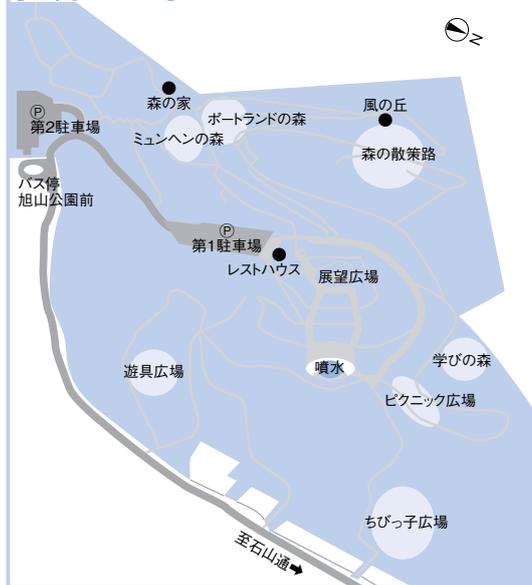
園内には、学びの森やポートランドの森などさまざまな記念の森があります。また、園路の一部には、こう配を 5% 以下に設定し滑りにくい舗装で仕上げるなどユニバーサルデザインを用い、より多くの人が自然と触れ合うことができるようになっています。



園内の樹木に手作り樹名板

緑丘小学校の児童が、緑の大切さを学ぶ総合学習の時間に制作し、取り付けたものです。

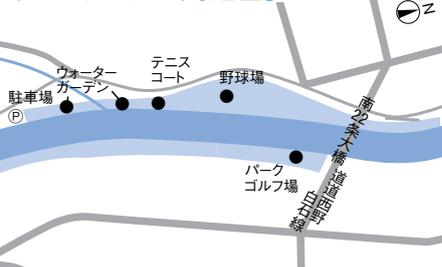
【園内マップ】



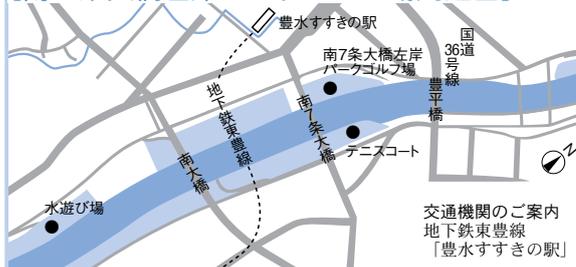
【周辺図】



ターガーデン周辺図



【南 7 条大橋左岸パークゴルフ場周辺図】



南 7 条大橋左岸パークゴルフ場

- ホール数 18 ホール
 - 休日 月曜日(祝日の場合は振替あり)
 - 利用時間 5・6月 午前8時～午後5時
7・8月 午前6時30分～午後6時
9～11月 午前8時～午後5時
 - 料金 一般 300 円、65 歳以上 210 円、中学生以下 150 円/用具貸出 200 円
 - お問い合わせ: 中島公園管理事務所 ☎ 511-3924
- ※豊平川緑地には、全部で 5 カ所のパークゴルフ場があります。
詳細は環境局みどりの管理課 (☎ 211-2536) へお問い合わせください。



パークゴルフ場マップ

札幌市では、一部の民営を除く市内のパークゴルフ場を紹介したマップを作成しています。中央区役所や中央区土木センターでも配布しています。詳細は環境局みどりの管理課 (☎ 211-2536) へお問い合わせください。



中島公園

市のほぼ中心部に位置しながら、緑と水が豊かな憩いの場として親しまれています。園内には、スポーツ施設や文化財などのさまざまな施設があり、また、鴨々川が流れ自然と身近に触れ合うことができます。

公園へ出

札幌市天文台

口径 20 ㍉の望遠鏡で観察を行います。通常は昼間公開で太陽観察をしますが、年 60 日程度夜間公開を行います。



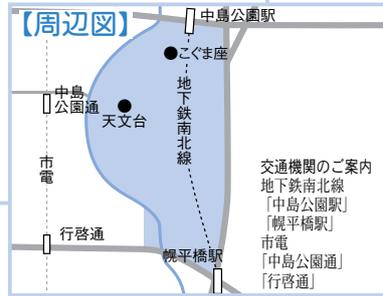
- 開館日 水曜日～日曜日、月曜日午前（いずれも祝日、年末年始を除く）
- 昼間公開時間 午前 10 時～正午、午後 2 時～午後 4 時
※夜間公開の日時や観察対象などについてはお問い合わせください。
- 入館料 無料
- お問い合わせ：札幌市天文台 ☎ 511-9624

札幌市こども人形劇場 こぐま座

人形劇・腹話術・紙芝居など市内で活動しているアマチュアが中心となって公演を行っています。



- 開館日 火曜日～日曜日（年末年始を除く）
※公演は主に土・日・祝日です。公演予定は毎月広報さっぽろ全市版のお知らせ（今月は 18 ページ）に掲載されます。
※月曜日が祝日の場合は火曜日が休館となります。
- 利用時間 午前 9 時～午後 5 時
- 料金 演目により異なります
- お問い合わせ：こぐま座 ☎ 512-6886



しょうぶいけ 菖蒲池

公園誕生前に鴨々川の一部が木材の貯木場となっていたのが、菖蒲池の前身です。水鳥などの姿を楽しむことができ、有料の貸しボートもあります。



公園を利用する方へ

- 公園や施設は、傷つけたりしないよう大切に使用しましょう。
- 草花や樹木を折ったり、持っていくないようにしましょう。
- くずかごがない公園では、ごみや空き缶は持ち帰りましょう。
- 犬を散歩させるときは、綱（リード）でつなぎ、ふんは持ち帰りましょう。
- ほかの利用者の迷惑となる行為はやめましょう。

お問い合わせ先

旭山記念公園：中央区維持管理課 ☎ 614-5800
中島公園：中島公園管理事務所 ☎ 511-3924
豊平川緑地：環境局みどりの管理課 ☎ 211-2536

豊平川緑地

市内を南北に流れる豊平川の両岸に広がっています。緑地内には休憩施設のほか、野球場やパークゴルフ場などの運動施設や水遊びができるウォーターガーデンなども整備されています。



ウォーターガーデン

水車や滑り台などの遊具があり、子どもたちが水遊びを楽しむことができます。



- 利用期間 6月13日(土)～9月13日(日)（予定）
- 利用時間 午前9時～午後5時
- 料金 無料
- お問い合わせ：環境局みどりの管理課 ☎ 211-2536

情報 オアシス

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)

2009アタック・ザ・531M (藻岩山ファミリアー登山)



▽日時 6月21日(日)午前9時30分集合。10時登頂開始。

▽集合場所 幌西自転車公園(南14西18)。

▽コース 幌西自転車公園→慈啓会病院登山口→藻岩山山頂(解散)。

▽対象 区内在住か通勤・通学している方。

▽定員・費用 300人・無料。

▽申込 6月16日(火)までに電話、ファクス、Eメール (City.chikishinko@city.sapporo.)

で)でお申し込みください。

先着順。

※当日は雨天のほか、前日までの気象状況により中止する場合があります。また雨具、飲み物、虫よけスプレーなどは各自でご持参ください。

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

国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険・介護保険・長寿医療制度の納付通知書を送ります。

平成21年度の国民健康保険料納付通知書を6月12日(金)に、介護保険料納付通知書を6月15日(月)に、長寿医療制度保険料納付通知書を6月16日(火)に発送します。納付通知書発送後は、窓口や電話が大変混雑することが予想され、ご迷惑

をおかけする場合がありますので、ご了承願います。

夜間・休日相談のお知らせ

保険料を納付できない特別な事情があり、平日の午後5時15分までに区役所へお越しになれない方に対して、夜間・休日相談を行いますのでご利用ください。

▽夜間相談 6月25日(木)、26日(金)の午後8時まで。

▽休日相談 6月21日(日)の午前9時～午後3時。

※夜間・休日相談は、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

中央区民講座

▽内容 「新発見!円山動物園の楽しみ方PART5」(全1回)。(猛禽類のフリーフライト・鷹匠体験、ホッキョクグマ産室・双子見学など)。

▽日時 7月1日(水)午後2時～3時30分。

▽会場 円山動物園(宮ヶ丘3)。



▽集合場所 午後1時30分から園内の動物園センターで受け付け。

▽対象 区内在住か在勤の15歳以上の方(中学生除く)。

▽定員・受講料 10人・700円。

▽申込 6月11日(木)～17日(水)の午前9時30分～午後5時に同センター1階窓口か電話で。先着順。

※受講料は、申込期間内の午前9時30分～午後5時に同センター1階窓口にご持参ください。また、会場までの交通費・入園料は自己負担です。

〔申込詳細〕 中央区民センター運営委員会 ☎(271) 1100

中央区民センター演奏会

「クラシックコンサート」

▽内容 P.M.F修了生の演奏会です。素晴らしい音色をお楽しみください。

▽日時 6月27日(土)午後1時30分開演(午後1時開場)。

▽会場 中央区民センター2階区民ホール(南2西10)。

▽定員・費用 200人・無料。当日、直接会場へ。

▽出演者 トランペット・櫻井匠さん、バイオリン・鎌田泉さん、ピアノ・谷敷さなえさん。

▽曲目 エワイゼン・トランペット、バイオリンとピアノのための三重奏曲ほか(変更する場合があります)。

〔詳細〕 中央区民センター運営委員会 ☎(271) 1100



地区センターからの
お知らせ

地区センター講座

▽日程等 下表の通り。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽対象 区内在住か在勤の18歳以上の方(高校生を除く)。

▽持ち物 ①②③筆記用具。

▽申込 同センター多目的ホールで受け付け(①②は電話不可)。

※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(③は電話も可)で受け付け(午前8時45分〜午後7時(日曜日を除く))。

※申し込み時に受講料をお支払ください。納入された受講料の払い戻しは原則としてできません。

図書室休室のお知らせ

旭山公園通地区センターでは、蔵書一斉点検のため、左記の通り図書室を休室します。

▽休室期間 7月9日(木)〜15日(水)。

※休室期間中の本の返却は、地区センター入口にある「返却ボックス」をご利用ください(午前8時45分〜午後9時)。

申込詳細 旭山公園通地区センター
☎(520) 1700

運転中の携帯電話使用は、交通事故の誘因となります。必ず停車して利用しましょう。

<地区センター講座>

講座名	開催日時	申込開始	定員	費用
①俳句教室「俳句の歴史を学び 実作を読む」(全4回)	6月17日(水)、7月1日(水)、15日(水)、29日(水)の午後2時〜4時	6月11日(木) 午後1時〜	12人	受講料:2,400円
【内容】俳句によって新しい自分を発見。我流でも大歓迎です。俳句の歴史にも触れ、楽しく学びます。				
②友だちできる英会話「基本英会話であなたも外国人と友だちになります!」(全6回)	6月22日(月)、24日(水)、29日(月)、7月1日(水)、6日(月)、8日(水)の午後1時30分〜3時30分	6月11日(木) 午後1時30分〜	18人	受講料:3,400円
【内容】初心者対象。分かりやすく!楽しく!学んで英会話を日常の生活に活かしましょう。				
③美術への誘い“午後の美術館”	6月30日(火)午後1時30分〜3時	6月11日(木) 午後2時〜	20人	無料
【内容】ゴーガンと北海道の美術のエピソードや道立近代美術館で開催中の常設展「はじめに、光ありき」などを紹介します。				

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～

【「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 7月14日(火)、17日(金)の2回1コース。各回午前10時〜11時30分。

◆会場 桑園ふれあいセンター(北7西15)。

◆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 6月16日(火)午前9時から電話で。先着順。ファクス不可。

申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係

☎511-6399

【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による簡単料理の調理実習を行う料理教室です。

◆日時 7月2日(木)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 15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。

◆その他 託児あり(先着10人)。

◆申込 6月15日(月)午前9時から電話で。先着順。ファクス不可。

申込・詳細 健康・子ども課 ☎511-7221



(健)康guide

中央保健センターからのお知らせ
ガイド

【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、身体診察、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、身体診察、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）札幌市国民健康保険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して指定されている場合に限り受診できます。加入している健康保険にお問い合わせください。

※次の検診は加入健康保険にかかわらず受診可能。

肺がん検診（胸部X線検査）～40歳以上の札幌市民の方：費用無料（喀痰検査400円。費用が免除される場合がありますので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。ただし、過去に同検査を受けていない方）：費用無料。

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

◆日程・会場 右表の通り。

◆申込 不要。当日、なるべく空腹の状態でご来場ください。

【詳細】 健康・子ども課 ☎511-7221

【大人のための歯みがき教室 ～歯周病をしっかりと予防！～】

◆内容 歯周病予防についての講話、唾液検査による歯肉の健康チェック、歯周病予防のための効果的な歯磨き方法、歯磨き圧測定など。

◆日時 6月26日(金)午後1時30分～3時。

◆会場 中央保健センター2階講堂（南3西11）。

◆定員・費用 20人・無料。

◆持ち物 普段お使いの歯ブラシ。

◆申込 6月11日(木)午前9時から電話で（ファクス不可）。先着順。

【申込・詳細】 健康・子ども課 ☎511-7221



【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

<住民集団健康診査日程>

月日	受付時間	会場（所在地）	
6月 30日(火)	午前9時30分～11時	山鼻福祉センター① (南24西13)	
7月	2日(木) 午前9時～11時	大通公園まちづくりセンター(北1西9)	
	27日(月) 午前9時～11時	曙会館①(南11西10)	
	午後1時30分～3時	南円山会館① (南9西21)	
28日(火)	午前9時30分～11時	レッツLet's中央(南4東4)	
	午後1時30分～3時	札幌静修高等学校 (南16西6)	
8月	17日(月) 午前9時30分～11時	円山会館①(北1西23)	
	18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～2時30分	東北会館(北2東2)
	19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②(南11西10)
	20日(木)	午前9時30分～11時	宮の森明和地区会館 (宮の森2-11)
午後1時30分～3時		宮の森会館 (宮の森2-5)	
24日(月)	午前9時～11時	円山会館②(北1西23)	
	午後1時30分～3時	円山北町会館 (北7西26)	
	25日(火)	午前9時～11時	円山会館③(北1西23)
午後1時30分～3時		山鼻会館(南23西10)	
9月	4日(金)	午前9時30分～11時	幌西会館①(南11西14)
		午後1時30分～3時	苗穂会館(北1東10)
	7日(月)	午前9時30分～11時	幌西会館②(南11西14)
		午後1時30分～3時	南円山会館② (南9西21)
	16日(水)	午前9時30分～11時	幌西児童会館 (南14西16)
午後1時30分～3時		豊水会館(南8西2)	
10月	6日(火)	午前9時30分～11時	西会館(南6西13)
	9日(金)	午前9時～11時	桑園ふれあいセンター① (北7西15)
	13日(火)	午前9時～11時	桑園ふれあいセンター② (北7西15)
	14日(水)	午前9時～11時	桑園ふれあいセンター③ (北7西15)
	29日(木)	午前9時30分～11時	山鼻福祉センター② (南24西13)
11月	12日(木)	午前9時30分～11時	幌西会館③(南11西14)
	27日(金)	午前9時30分～11時	中央区民センター① (南2西10)
午後1時30分～3時		中央区民センター② (南2西10)	



学校プールの開放

▽期間 7月4日(土)～8月30日(日)の土・日曜日。実施日時は各校で異なります。
▽対象 小学生と付き添いのいる幼児(泳げない小学生の保護者の付き添い可)。
▽開放校 区内の小学校。
※工事や気象状況により中止する場合があります。
【詳細】 さつぽろ健康スポーツ財団施設課
☎(530) 5905



中央区ボランティア体験講座

▽内容 ボランティアに関心のある方を対象に、ボランティアについての基礎知識を学び、実際に車いすの操作などを体験してもらいます。
▽日時 7月8日(水)午前10時～午後3時。
▽会場 ボランティア研修センター

ンター第3研修室(北1西9・リンケージプラザ2階)。
▽定員・費用 20人・500円。
▽申込 6月22日(月)から電話で。先着順。
【申込詳細】 中央区社会福祉協議会
☎(281) 6113

中央老人福祉センターからのお知らせ

春の健康フェスタ
▽内容 ノルディックウォーキングとバーベキュー、日帰り入浴。
▽日時 6月25日(木)午前9時30分に中央老人福祉センター(大通西19・社会福祉総合センター12階)集合。
▽会場 藤野野外スポーツ交流施設Fu's(南区藤野473-1)、札幌市保養センター(駒岡(南区真駒内600-20))。
▽対象 満60歳以上の方。
▽定員・費用 30人・千800円。
▽申込 6月11日(木)から同センター窓口で受け付け。電話不可。先着順。

健康講話

▽内容 「認知症と最新の治療について」(講師 北海道脳神経外科記念病院 鏡谷武雄(たかやぶ たけお) 院長)。
▽日時 6月19日(金)午後1時～2時。
▽会場 中央老人福祉センター

1大広間(大通西19・社会福祉総合センター12階)。
▽対象 満60歳以上の方。
▽費用・申込 無料・不要。当日直接会場へ。
【申込詳細】 中央老人福祉センター
☎(614) 1001



交通事故発生件数

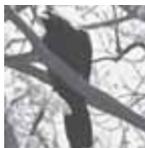
	発生件数	死者数	傷者数
中央区	574 (-40)	1 (+1)	713 (-24)
札幌市	3,208 (-388)	8 (+4)	3,854 (-485)

※平成21年5月20日現在。()は前年比

カラスによる被害を防ぐには

札幌市には、市民の皆さんからカラスによる被害の報告が寄せられています。

ここでは、カラスによる被害を防ぐための対策についてご紹介します。



【威嚇・攻撃行動に注意しましょう！】

カラスは4～5月頃、公園の高木、街路樹、電柱などに巣を作り、巣に人を寄せ付けないように威嚇や攻撃をすることがあります。特にひなの巣立ちの時期(6～7月)に威嚇行動が激しくなります。

威嚇行動でも人が遠ざからない場合、後ろから飛んできて、頭をかすめたり、時には直接足で蹴るなどの攻撃をすることもあります。

○「カッカッ」と小刻みに激しく鳴くのは、威嚇行動なので、その場から遠ざかりましょう。

○どうしても巣の近くを通らなければならないときは、帽子をかぶったり、傘を差したりして被害を防ぐようにしましょう。

【ごみの出し方を工夫してみましょう！】

ごみステーション管理の徹底は、ごみの散乱防止のほか、カラスの増加を抑えることにもつながります。

○生ごみは水分を抜き、新聞紙等で梱包するなど、生ごみが見えないようにしましょう。

○網目の細かいネットで全体を覆うようにかぶせるなど、ごみを引っ張り出せないようにしましょう。

問い合わせ先	
公園・街路樹にできた巣	中央区土木センター ☎ 614-5800
・巣から落ちた子ガラスの保護 ・卵やひなのいる巣の撤去申請 (有害鳥獣捕獲許可)	環境局みどりの管理課 ☎ 211-2536
ごみステーションのカラスよけに関する相談	中央清掃事務所 ☎ 581-1153
電柱にできた巣	北電柱 北海道電力 ☎ 251-1111
	NTT柱 NTT東日本-北海道 ☎ 0120-270-794

◆個人や会社の敷地内に巣がある場合は、土地の所有者が対応することになります。

縁石の切り下げや街路樹の移設工事は、市長の許可が必要です。詳細は土木センターへ。



桜を見ながら歩こう！

5月1日(金)中央区健康づくり元気会主催による「お花見ウォーキング」が開催され、約140人の市民が参加しました。

参加者は、中央保健センター（南3西11）から円山公園（宮ヶ丘3）までの2.5～4.5^{キロ}の3コースのなかから各自の体力に合わせて選び、春の日差しが降り注ぐ中、道路脇の八重桜や新緑の木々などを眺めながら、約1時間のウォーキングを楽しみました。

クイズで健康づくり

4月23日(木)西創成会館（南5西7）において「健康に関する交流会」が開催され、市立大学の学生・講師13人と老人クラブ西創成喜楽会約20人が参加しました。

これは、地域福祉などの課題に対応するため、中央区と同大学が協働して行ったものです。

この日は「食の安全、食中毒」をテーマにクイズを行うなど、学生とお年寄りはいかに交流を深めました。



鴨々川をきれいに！

4月29日(祝)曙地区第8町内会が、鴨々川の第一中洲橋（南13西5）周辺で清掃活動を行い、地域住民をはじめ、札幌コンサートホールKitara職員や山鼻小学校の児童など約110人が参加しました。

この日は、天候にも恵まれ、参加者は額に汗を浮かべながら、約1時間かけて川の清掃を行いました。

