



青葉小学校

～奉仕活動（学校区内の清掃）～

全児童が赤十字奉仕団やPTAの方々に見守られながら、自分たちの通学路などを楽しく清掃しました。「地域とのふれあい」などを目的として、毎年度実施している奉仕活動で、1年生は学校近くの「はるみ公園」でごみ拾いをしました。



特集

気軽に相談
してください！！
「民生委員・児童委員」

あつべつカレンダー（6/11～）

※お知らせなどで掲載している情報を紹介

詳細は、お知らせ（厚別4号から）・HPをご覧ください。

p○：厚別○ページ

マーク：子ども関連

月	火	水	木	金	土	日
				6/11 ・子育て講座 申込 p4 ・キャンプ申込 p5	12 ・お話し会 p6	13
14 ・ボランティア申込 ・瑞穂大学申込 (～18日) p4	15 ・集団検診 p6	16 ・子育てセミナー 申込 p4 ・集団検診 p6	17 ・国保夜間 納付相談 p4	18	19 ・お話し会 p6 ・集団検診 p6	20 ・サイク リング p4
21 ・ヘルシークラス 申込(～7/2) p6	22 ・国保夜間 納付相談 p4	23	24 ・国保夜間 納付相談 p4	25	26 ・お話し会 p6	27
28	29	30	7/1 ・ドッグラン (～8/31) p5	2	3 ・お話し会 p6	4
5	6	7	8 ・国保夜間 納付相談 p4	9	10 ・お話し会 p6	11 p8
← 集団検診(7日～9日) p6 →			← やきもの市 →			

5月1日現在 ()は前月比
厚別区の人口 129,240人 (+124)
男 59,569人 (+42)
女 69,671人 (+82)
世帯数 55,596世帯 (+168)

厚別区総務企画課広聴係

〒004-8612
厚別区厚別中央1条5丁目
TEL 895-2400 内線224～226
FAX 895-2403

厚別区民のページ
「あつべつ暮らし」必読フリーペーパー!

気軽に相談
してください!!

「民生委員・児童委員」

皆さんの住んでいる地域には、担当の民生委員・児童委員の方々がいるのを
ご存じでしょうか？ 今月は、「民生委員・児童委員」の活動についてご紹介します。

● どのような人？

皆さんが安心して暮らせるように、福祉に関する相談を受けたり専門機関
を紹介してくれるボランティアで、民生委員と児童委員を兼ねています。

3年に1度改選が行われ、厚生労働大臣から委嘱^{いしよく}されて活動しています。

● どんなことをしているの？

- ・ 高齢者などが日常抱えている心配事の
相談や解決のお手伝い
- ・ ひとり暮らしの高齢者への声掛け・安否確認
などの見守り活動



- ・ 福祉のまち推進センターやボランティアなどと
連携した地域でのふれあいや支え合いを進める活動
- ・ 子育て中の保護者の方の悩み相談
- ・ 地域の「子育てサロン」への協力 など

● どんな相談があるの？

- ・ 「自分（や親）が高齢者をねらった詐欺に
遭っているかも」
- ・ 「ひとり暮らしの親が心配」
- ・ 「家庭内暴力に悩んでいる」
- ・ 「いじめや不登校に困っている」 など



● まずは気軽にご相談を！

民生委員・児童委員は、活動で知り得た秘密を守りますので、相談した内容がほかの人に知られる心配はありません。

日常生活や子育てなどで困っているときは、おひとりで悩まず、安心してご相談ください。



● 活動している方に聞きました



のむら ひでお
野村 秀雄さん

民生委員・児童委員

担当地区：もみじ台地区の一部
委員歴：7年6カ月

民生委員になってから、外出する機会が増え、体も動かせて楽しいです。「見返りを求めず、自分にできることは、率先して行う」という考えで活動しています。

最近、隣近所との付き合いも減り、孤立死が一つの問題だと考えています。近所や地域でのつながりをもっと強くしていきたいと思います。

ひとり暮らしの佐藤礼子さんは...

この先どうなるのかと考えると、不安でたまらない。でも、子どもに迷惑は掛けたくないんです。不満は無いけど、不安はある。野村さんに、不安なことを話して、心のつかえを取り除いてもらっています。誰かと会って、話すると一日が楽しくなりますね。



札幌市からのお願いです



◀身分証とバッジを常に携帯しています。

札幌市では、66歳到達直前の方や66歳以上で市外から転入された方の世帯状況・健康状態を把握するため、民生委員・児童委員の方々に依頼し、訪問調査を実施しています。

お伺いした際には、ご協力をお願いします。



お住まいの地域の民生委員・児童委員を知りたい時、
またこの特集ページに関するお問い合わせは

厚別区 保健福祉課 活動推進担当 (☎895-2400内線342)





HP: 厚別区役所ホームページに詳しい内容を掲載しているもの

厚別区からの

お知らせ

6月

6月11日からの内容を掲載しています

主な札幌市施設・窓口の一覧

厚別区役所 ☎895-2400(代表)
 厚別保健センター ☎895-1881
 厚別区民センター ☎894-1581
 厚別図書館 ☎894-1590
 厚別消防署 ☎892-2100
 (所在地 厚別中央1の5)

厚別区土木センター ☎897-3800
 (厚別町下野幌45-39)
 各地区のまちづくりセンター
 厚別中央(厚別中央4の3) ☎891-3907
 厚別南(厚別南1) ☎891-1666
 厚別西(厚別西2の3) ☎891-4555
 もみじ台(もみじ台北7) ☎897-6121
 青葉(青葉町3) ☎892-8177
 厚別東(厚別東4の4) ☎897-2885

区役所から 区役所にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

「まちづくり」のアイデアを募集 **HP**

地域の皆さんが気軽に参加できる「まちづくり事業」を提案し、実施するグループを募集します。審査の上、選定された事業は提案団体に委託して実施していただきます。

- ▷ **応募方法** 厚別区役所または各まちづくりセンターで配布している応募用紙に必要な事項を記入の上、送付または直接。募集案内と応募用紙は区役所ホームページからもダウンロード可
- ▷ **受付期間** 6月14日(月)から随時受付。ただし、年度内に終了する事業が対象

申込先 地域振興課 ☎895-2400内線230

瑞穂大学 (高齢者教室)

- ▷ **内容** 新しい仲間とのふれあいや、心豊かな生活を見つけるきっかけづくりのための講座
- ▷ **開講期間** 7月7日(水)~10月27日(水)の毎週水曜日午後(2時間程度)【全17回】
- ▷ **対象** 平成22年4月1日現在で満65歳以上の方(受講経験者は不可)
- ▷ **会場** 厚別区役所、厚別区民センターほか
- ▷ **定員** 40人 ▷ **費用** 無料(別途教材など実費)
- ▷ **申込方法** 6月14日(月)~18日(金)に年齢を確認できるものを持参し、地域振興課に直接【多数時抽選】

申込先 地域振興課 ☎895-2400内線505

国民健康保険から **HP**

平成22年度保険料の納付通知書は6月中旬発送予定です。失業その他の事情により納付が困難な方は、必ずご相談ください。発送後は窓口が混雑しますのでご了承願います。なお、日中来庁できない方は、夜間納付相談もご利用ください。

■夜間納付相談 (午後8時まで)

- ▷ **実施日** 6月17日(木)、22日(火)、24日(木)、7月8日(木)
- ▷ **場所** 厚別区役所1階9番窓口(庁舎東側の時間外出入口からお入りください)

詳細 保険年金課 ☎895-2400内線395~397

子育て講座「おしゃべり広場」



- ▷ **内容** 子育て中の皆さんで気軽におしゃべり
- ▷ **日時** 6月30日(水)、7月2日(金)午後2時~3時30分。【全2回】
- ▷ **会場** 厚別保健センター
- ▷ **対象** 就学前の子どもの保護者。託児あり
- ▷ **定員** 10人【先着順】 ▷ **費用** 無料
- ▷ **申込方法** 6月11日(金)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

子育て支援セミナー

「森のいのち~命のつながり~」



- ▷ **内容** 森の写真のプロジェクト上映と写真絵本の読み語りなど
- ▷ **日時** 7月8日(木)午前10時30分~正午
- ▷ **会場** 厚別区民センター
- ▷ **対象** 就学前の子どもの保護者、子育て支援者
- ▷ **定員** 60人、託児30人。【共に先着順】
- ▷ **費用** 無料
- ▷ **申込方法** 6月16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

あつべつセーフティサイクリングフェア2010

- ▷ **内容** 自転車シミュレーターを使った交通安全教室、厚別高校吹奏楽部による演奏会など
- ▷ **日時** 6月20日(日)午前10時~午後9時
- ▷ **会場** サンピアザ「光の広場」(厚別中央2の5)

詳細 総務企画課 ☎895-2400内線220

胃がん・大腸がん検診 **HP**

- ▷ **日時** 7月13日(火)午前8時45分~10時
- ▷ **会場** 厚別保健センター ▷ **対象** 40歳以上
- ▷ **費用** 胃がん(バリウム)700円、大腸がん(検便)400円
- ▷ **申込方法** 7月3日(土)までに電話で
- ▷ **その他** 減免制度あり

申込先 札幌市コールセンター ☎222-4894



三世代ふれあいキャンプ



- ▷開催日 7月3日(土)～4日(日)
- ▷場所 小野幌青少年キャンプ場
(厚別町小野幌1938)
- ▷対象 小学生以上(小学1～3年生は保護者同伴)
- ▷定員 100人【先着順】
- ▷費用 1,500円(別途保険料140円)
- ▷申込方法 6月11日(金)の午前10時～午後2時に
直接

【申込先】子ども会厚別区事務局(厚別区民センター内)
☎891-8008

新さっぽろ駅駐輪場変更のお知らせ

7月上旬から行う地下鉄
8番出口でのエレベーター
新設工事に伴い、駐輪場
の場所が変わります。
変更後の場所が決まりましたら、
現地に表示いたしますので、
ご理解とご協力をお願いいたします。



【詳細】都市局再開発課☎211-2706

あつべつ区ボランティア入門研修会



- ▷内容 ボランティア活動に必要な知識や車いす
操作の実技を学ぶ入門講座
- ▷日時 7月14日(水)、16日(金)、20日(火)午後1時30分～
午後4時(16日のみ午後4時30分まで)【全3回】
- ▷会場 厚別区民センター
- ▷定員 20人【先着順】▷費用 500円
- ▷申込方法 6月14日(月)午前9時から電話で

【申込先】厚別区社会福祉協議会☎895-2483

厚別区在宅相談員にご相談を

障がいのある方やご家族からのさまざまな相談に
応じています。お気軽にご相談ください。

▷身体障害者相談員

氏名	住所	電話	区分
おきや あけみ 扇谷 明美	厚別中央1の7	894-4790 (FAX兼用)	聴覚
さとう ようこ 佐藤 陽子	大谷地東3	894-0697 (FAX兼用)	
こばやし まさゆき 小林 政行	もみじ台南6	898-6566 897-7074(勤)	肢体
なかにし じゅんぞう 中西 準三	青葉町3	891-7513	
おおさわ ゆきや 大澤 幸也	青葉町3	896-7259	

▷知的障害者相談員

氏名	住所	電話
いしかわ ふみこ 石川 富美子	厚別北3の2	894-5637
なかじま きくよ 中島 紀久代	厚別北4の3	894-1232

【詳細】保健福祉課☎895-2400内線356～360

芝生の上でドッグラン



- ▷日時 7月1日(木)～8月31日(火)
の午前9時～午後5時
- ▷場所 もみじ台緑地東側(もみじ台東2)
- ▷対象 予防接種を受けているなどの条件を
満たす犬と飼い主
- ▷費用 無料
- ▷申込方法 利用時、管理事務所へ直接

【申込先】もみじ台緑地管理事務所☎897-7805

修繕・リフォームを安心して頼むためのセミナー

- ▷日時 7月3日(土)午後1時～4時
- ▷会場 厚別区民センター
- ▷定員 50人▷費用 無料
- ▷申込方法 6月28日(月)までに電話で【多数時
抽選】(落選時のみ6月30日(水)までに連絡あり)

【申込先】札幌市コールセンター☎222-4894

広告



たのしいお話会



- ▷日時 6月12日(土)、19日(土)、6月26日(土)、7月3日(土)、10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

男性のための 楽々クッキングと元気ウォーキング

- ▷内容 簡単な調理実習とストレッチ、ウォーキングなど
- ▷日時 ①6月30日(水)午前9時30分～午後0時30分、②7月2日(金)午後1時30分～3時30分。【全2回】
- ▷会場 ①厚別保健センター ②厚別区民センター
- ▷定員 18人【先着順】 ▷費用 無料
- ▷申込方法 6月14日(月)～18日(金)に電話で
- ▷申込先 厚別保健センター ☎895-1881

学校プールの開放



- ▷期間 7月3日(土)～8月29日(日)の土・日曜日 (開放日、開放時間は各学校によって異なります)
- ▷開放校 区内の小学校
- ▷対象 小学生、幼児と付き添いの方
- ▷その他 工事や天候により中止する場合があります。
- ▷詳細 さっぽろ健康スポーツ財団施設課 ☎530-5905

すっきりヘルシークラス～ちょいチャレ～

- ▷内容 野菜量測定、歯ブラシ圧測定、体脂肪測定、骨密度測定、ダンスなど体験中心の教室
- ▷日時 7月9日(金)、7月16日(金)午後1時15分～3時30分。【全2回】
- ▷会場 厚別保健センター ▷費用 無料
- ▷対象 40～64歳の方 ▷定員 40人【先着順】
- ▷申込方法 6月21日(月)～7月2日(金)に電話で
- ▷申込先 厚別保健センター ☎895-1881

住民集団健康診査 予約不要。直接会場へお越しください。▷詳細 厚別保健センター ☎895-1881

種類	対象者	主な内容	自己負担額
①健康診査 ※市・道民税非課税世帯の方、生活保護受給世帯の方は無料です。生活保護受給世帯の方は証明書をお持ちください。	(特定健康診査) 40歳～74歳で国民健康保険加入の方 ※他の健康保険に加入の方は保険者にお問い合わせください。	診察、計測、血液・尿検査 ※一定の条件に該当する方のみ、心電図、眼底検査、貧血検査を実施	600円
	後期高齢者医療制度加入の方	診察、計測、血圧、血液・尿検査	400円
②胸部エックス線検査	40歳以上の方	胸部エックス線撮影、読影	無料 (かくだん 喀痰検査は400円)
③緊急肝炎ウイルス検査	過去に検査を受けたことがない方	B・C型肝炎ウイルス検査	無料

- ▷持参するもの ①事前に送付されている受診券と健康保険証。②③氏名、年齢等が確認できるもの(健康保険証等)
- ▷日時・会場 ※7月11日以降の予定は来月号以降でお知らせします(今年度は11月まで実施予定)。

月日	受付時間	実施会場	所在地	月日	受付時間	実施会場	所在地
6/15(火)	午前9時～11時	厚別南会館	厚別南1	7/7(水)	午前9時～11時	原始林会館	厚別東2の4
	午後1時30分～3時	もみじ台南第1集会所	もみじ台南4		午後1時30分～3時	上野幌会館	厚別南5
6/16(水)	午前9時～11時	ひばりが丘東集会所	厚別中央1の4	7/8(木)	午前9時～11時	原始林会館	厚別東2の4
	午後1時30分～3時	上野幌中央会館	上野幌3の5		午後1時30分～3時	厚別会館	厚別中央4の3
6/19(土)	午前9時～11時	梅ヶ丘町内会館	上野幌2の1	7/9(金)	午前9時～11時	原始林会館	厚別東2の4
					午後1時30分～3時	もみじ台北第2集会所	もみじ台北4

広告

厚別西地区センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別西地区センター(厚別西4の4) ☎896-2000

講座・行事名	開催日	時間	定員	費用
①親子 手作りとうふ体験	6/26(土)	午前9時30分～正午	親子6組 (12人)	1組500円 (材料費、保険料込)
②ミニバレー大会	6/23(水)	午前9時～午後3時	15チーム(60人)	1人100円
③卓球大会	6/25(金)	午前9時～午後3時	60人	1人200円
④初めての体験ヨガ(託児つき)	6/30(水) 7/7(水)	午後1時30分～3時	30人	1,000円
⑤たのしいクッキング講座	6/30(水)	午前9時30分～正午	15人	500円(材料費込)

▷対象 象 ①小学2年生以上の子どもとその保護者。②③厚別西町内会連合会区域内の方及びセンター開放日に利用している方・チーム。④⑤15歳以上の女性(中学生、高校生は除く)

▷申込方法 6月11日(金)から午前9時～午後9時に電話または直接【先着順】

▷受講料納入 ①⑤受講日に、②③前日までに、④6月29日(火)までに納入

厚別南地区センターからのお知らせ

会場・申込先 厚別南地区センター(厚別南7) ☎896-3000

講座・行事名	開催日	時間	定員	費用
①囲碁大会	6/26(土)	午前9時30分～午後3時	30人	無料
②将棋大会	7/10(土)	午前9時30分～午後3時	24人	無料
③6がつのおはなし会	6/12(土)	午前11時～11時45分	なし	無料

▷対象 象 ①②中学生以上の方。③就学前の子ども、小学生など

▷申込方法 ①②6月16日(水)から19日(土)の午前9時～午後5時に電話で【先着順】③直接会場へ

▷その他 ①②4局の対戦。応募人数によりクラス分けをします。

厚別区体育館からのお知らせ

申込先 厚別区体育館(厚別中央2の5) ☎892-0362

講座名	回数	定員	受講料	講座名	回数	定員	受講料
エアロビクス	10	30	5,100円	テニス初中級(月曜コース)	7	10	6,200円
エアロエクササイズ	10	30	5,100円	テニス中級	7	10	6,200円
ストレッチ&健康美容体操	10	30	5,100円	バドミントン	10	30	7,000円
ヨガ(月曜コース)	7	30	3,600円	卓球入門	10	15	7,000円
ヨガ	10	30	5,100円	卓球初級	10	15	7,000円
ピラティス	10	30	5,100円	卓球初中級	10	15	7,000円
アンチエイジング体操	10	30	5,100円	卓球中級	10	15	7,000円
テニス初心者	10	20	8,900円	少年少女テニス	7	10	5,200円
テニス初中級	10	10	8,900円	親子あそび体操	10	10組	6,100円

- ▷開講日時 開講日、時間はお問い合わせください。
- ▷対象 象 「少年少女テニス」は小学4～6年生、「親子あそび体操」は2～3歳の子どもとその保護者、それ以外の講座は16歳以上
- ▷申込方法 6月11日(金)～17日(木)(※14日(月)は除く)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 6月20日(日)～26日(土)の午前9時～午後8時に納入
- ▷その他 受講料のほかに施設利用料が必要。受講料の減額など詳しくは、お問い合わせください。



～生活に役立つ行政情報～

あつべつ暮らし便利帳

住民集団健康診査

札幌市民の健康維持、病気の早期発見・早期治療を目的に、健康診査、★1 肺がん検診、★2 緊急肝炎ウイルス検査 ★3 を行っています。地区会館など身近な場所で6月から11月にかけて実施しており、町内会の回覧のほか、広報さっぽろでも随時、日時、会場をご案内しています。(厚別6ページ)

検査対象者

- ※1 年度中に40歳以上になる方。受診には受診券と健康保険証が必要です。受診券の発行は、加入している健康保険の保険者にお問い合わせください。
- ※2 職場などで検診を受ける機会がなく、検診当日に40歳以上の方。
- ※3 過去に当検査を受診したことがない方。



自分の体をいち早く知る唯一の方法が健診です。積極的に受診しましょう。

★1 健康診査(診察、血液検査、尿検査など)

生活習慣の変化により、糖尿病などの生活習慣病になる方が増えています。健康診査を利用し、健康維持に役立てましょう。



40歳以上
※1

★2 肺がん検診(胸部エックス線検査)

肺がんは、日本人のがんによる死亡数のトップとなっていますが、進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を受ければ高い確率で治ります。



40歳以上
※2

★3 緊急肝炎ウイルス検査(血液検査)

肝炎は、自覚症状が無いため放置されて慢性化し、肝硬変、肝がんへ進行する可能性が高い病気です。感染を早期に発見し、治療につなげます。



未受診の方
※3

問い合わせ先
厚別保健センター
☎895-1881

近隣市特集!



あつべつ研究室

厚別区の団体やまちづくり活動を徹底調査

あつべつ教授と助手のアッキー、ベッキーがさまざまなテーマを調査し解説します!

今回の研究テーマ

えべつやきもの市

アッキー、ベッキー
調査ジャー

やきもの市ってなに?

道内最大の焼き物のお祭りです。毎年300店以上の出店があります。

どうして江別で焼き物?

江別は、レンガや焼き物に適した「野幌粘土」の産地。明治時代からレンガ作りが盛んで、1990年にレンガ作り100周年を記念して、「やきもの市」が始まりました。

えべつやきもの市実行委員会
委員長 藤原一さん

研究レポート

やきもの市まとめ

概要 北海道の焼き物文化に触れ、作り手と使い手が交流するお祭り

開催日 7月10日(土)、11日(日)
午前10時から午後6時
(11日は午後5時まで)

会場 江別市コミュニティセンター周辺
(JR江別駅徒歩3分)

みどころ 道内最大! 344店出店!
レンガドミノ! など

注意 公共交通機関をご利用ください

えべつやきもの市実行委員会

☎391-2160

