

12  
2011

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



今年も雪や氷で足元が気になる季節がやって来ました。  
今月号では、雪が積もる冬を初めて迎える方や、冬道を歩いたり冬道運転が苦手な方のために、歩き方や車の運転の「コツ」を紹介します。  
足元を気にせずに冬の札幌をより快適に過ごしましょう。

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 223,897人 (前月比 +283)  
男 101,458人 女 122,439人  
世帯数 123,380世帯 (前月比 +178)  
平成23年11月1日現在  
※今月から国勢調査の確定値を掲載

# 冬道を

# 制する!!

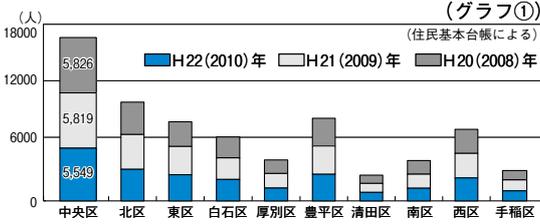
## 年間5千人以上が

## 道外から中央区へ

札幌市には、年間2万人以上が道外から転入しています。そのうち中央区には、5千人以上が転入しています(グラフ①参照)。

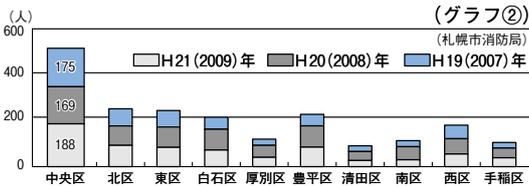
転入した方の中には、雪が積もる冬を初めて経験する方も多いのではないのでしょうか。「冬道で転ばずに歩けるかな」「運転はどうすればよいのかな」そんな不安を少しでも解消するために、冬道との付き合い方をアドバイスします。

### 道外転入者数 (平成20~22年)



※平成22年1~12月の道外転入者数は、札幌市全体で23,737人。

### 雪による自己転倒に伴う救急搬送者数 (平成19~21年)



※平成21年12~平成22年3月の雪による自己転倒に伴う救急搬送者数は、札幌市全体で673人。

## 冬道での歩行

冬になると、雪や氷の路面で転倒しやすくなります。中央区では、毎年150人以上が冬場の転倒で救急搬送されています(グラフ②参照)。

### ☆特に注意!

#### ①横断歩道

渡り始めと終わり部分



分は雪の段差がでやすく、白線上也薄い水の膜ができて滑りやすい。

#### ②ロードヒーティング

などの切れ目



ヒーティング区間のある所や、地下からの出入り口付近では段差がでやす

### ☆冬の靴

#### ①柔らかいゴムの靴底

グリップ力はやや弱いが、屋内外で活用しやすい。



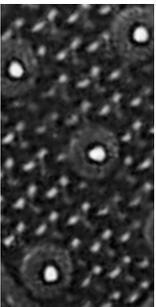
#### ②深い溝の靴底

グリップ力が強いが、溝に雪が詰まると滑りやすい。



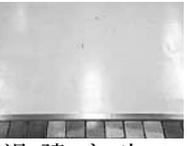
#### ③ピン・金具付きの靴底

ピンや金具が、固い氷を引っかくが、屋内では引っ掛かったり、滑ったりしやすい。



※路面状況に合った靴選びが重要です。販売店へ相談してみましょう。

#### ④タイル張りの室内



靴底や靴のアタッシュメントに、雪や氷が付いたまままで地下街や建物に入ると滑りやすい。

## ☆冬道を歩くコツ

### ①靴の裏全体を路面につけて歩く



滑りそうな路面では、重心をやや前におき、できるだけ足の裏全体を路面につけるように意識して歩きましょう。

### ②小さな歩幅でソロソロ歩く



見るからに滑りそうな道や、凍った路面に薄く雪が積もったような所では、歩幅を小さくしてソロソロ歩きましょう。

### ③急がず、焦らず、余裕を持って歩く



いくら歩き方を理解したつもりでも、急いでいる時は忘れがちに。時間に余裕を持って、急がず焦らず、歩くようにしましょう。

### 出典・協力

#### ウインターライフ推進協議会

HP <http://www.winter-life.jp/>

転ばないコツおしえます

HP <http://tsurutsuru.jp/>

イベント情報等はHPをご覧ください。

◀中央区役所で配布しています

### 歩いてみませんか

#### 第31回さっぽろホワイトイルミネーション

大通公園~平成23年12月25日(日)まで

駅前通り・南一条通り~平成24年2月12日(日)まで

(詳細)HP <http://white-illumination.jp/>

#### ミュンヘン・クリスマス市 in Sapporo

大通公園2丁目・札幌駅前通地下歩行空間

~平成23年12月24日(土)まで

(詳細)HP <http://www.sapporo-christmas.com/>

## 冬道での運転

積雪や凍結、吹雪による視界不良などが発生要因となる「冬型事故」が、平成22年11月から23年3月までに中央区では599件（北海道警察調べ）と市内10区で一番多く発生しています。

ここでは、中央警察署の塩入統括官からの注意点を踏まえながら、冬道運転のポイントをご紹介します。



札幌方面中央警察署 交通課 統括官  
警部 塩入 信一さん

### 「ま・も・る」でストップ 冬型事故

ま～マナーの向上  
も～モラルの醸成  
る～ルールの遵守

交通事故の8割は、ドライバーの「うっかり」「ぼんやり」が原因で起きています。万が一、事故に遭ったときには、**負傷者の救護（119番通報など）や、二次災害の防止（車両の移動など）**をするとともに、**必ず警察に通報してください。**



### ☆走る前の準備

備えあれば憂いなし

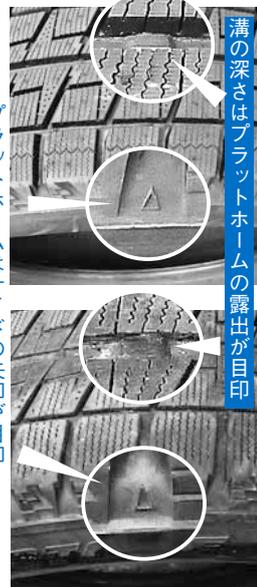
人が衣替えるように車にも冬支度が必要です。スタッドレスタイヤや冬用ワイパーブレードへの交換はもちろんのこと、オイル（粘度の低いもの）やウインドウオシヤー液（寒冷地用のもの）、冷却液（濃度が高いもの）、バッテリーなどの点検を行い、必要があれば交換や補充をしましょう。



### タイヤの状態を確認しよう

スタッドレスタイヤは溝の深さが命です。新品時から50%摩耗したら交換しましょう。また、使用していないタイヤでも、古いものはゴムが硬くなり十分な性能を得られないので、空気圧と合わせて専門店などで点検しましょう。

#### ▼新品タイヤ



溝の深さはプラットホームの露出が目印  
プラットホームはサイドの矢印が目印  
(メーカーなどで異なります)

▲50%以上摩耗した古タイヤ

### ☆冬道を安全に走ろう

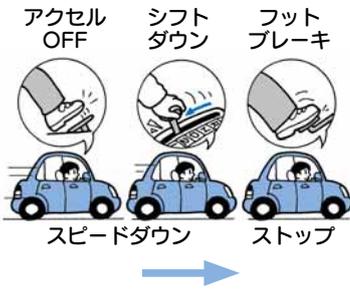
#### ① ゆっくり発進

AT車では、ブレーキペダルから足を離すと車が動き出す「クリープ現象」を活用しましょう。



#### ③ エンジンブレーキ

減速・停止するときは、アクセルを緩め、ギアを下げ、エンジンブレーキを活用してスピードを落とし、最後にフットブレーキをソフトに踏みましょう。



② 徐々に加速  
アクセルは、やさしく踏み込んで、ゆっくり加速しましょう。



### 天候・路面状況に合わせた運転をしよう

刻々と変化するのが冬道の特性です。スピードダウンと十分な車間距離（夏の2倍）に気を配りましょう。

また、濡れた道路でも日陰や橋の上、トンネルの出入口などは凍結している場合があるので特に注意しましょう。



### 周りを確認して余裕のある操作をしよう

冬は路面の状況が気になり、ついつい視線が近くなりがちです。少し目線を上げておくと、前方の交通状況（前車の動き、道路線形、信号機の変り目など）を早く確認することができ、「急」のつく操作（急ハンドルや急ブレーキなど）を防ぐことができます。

### 冬道は、とにかくスピードダウン！

財団法人全日本交通安全協会から、優良運転者として交通栄誉章緑十字銅章の表彰を受けた中央区在住のタクシー運転手 吉田さんに冬道運転での注意点を伺いました。



個人 吉田 TAXI  
よしだ 英二さん

「冬道は、日向と日陰で路面状況が違います。路面状況への気配りと、スピードを出さないことが一番大事なんです。

いつも、仕事を終わると、1日の運転を振り返り反省をして、明日に備えています。」

# 情報 オアシス

消したはず 決めつけないうで もう一度

## 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)

## 成人式のご案内

平成23年 中央区新成人のつどい



区内にお住まいの新成人(外国人登録をしている方を含む)を対象に、中央区成人の日行事実施委員会の主催で「平成24年中央区新成人のつどい(成人式)」を開催します。

▽日時 1月9日(祝)正午(受け付けは午前11時から)。

▽会場 札幌パークホテル3階パークホール(南10西3)。

▽対象 平成3年4月2日か

ら平成4年4月1日生まれの方。

区内に住民登録をしている方には案内状を12月6日(火)に発送しますので、12月9日(金)までに届かない場合はご連絡ください。

また、次の方には案内状を送付しませんが、受付で他区のご案内を提出いただくか、住所・氏名等を記載いただくことで出席が可能ですので、直接会場へお越しください。

①区内にお住まいで住民登録をしていない方。②他区や市外にお住まいで、事情により中央区の成人式への出席を希望される方。

【詳細】地域振興課地域活動担当 ☎(231) 2400(内線256)

## 国民健康保険料の納付と夜間延長について

12月末は平成23年度国民健

康保険料第7期分の納期限です。納め忘れないようお願いします。

なお、失業などの事情により保険料の納付が困難な方は、収入状況などが分かる書類をご持参の上、来庁してください。

また、平日の午後5時15分までに区役所にお越しになれない方は、夜間延長をご利用ください。

▽夜間延長 12月19日(月)、20日(火)の午後8時まで。

※夜間延長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

## 冬のキャンプ体験

▽日程 1月9日(祝)〜10日(火)。

▽場所 西岡青少年キャンプ場(豊平区西岡54)。

※寝る場所には暖房有。

▽対象・定員 区内の小学生(小学2年生以下は、保護者の同伴が必要)・40人。

▽費用 千500円(保護者も同額)。

12月26日(月)までに申込先までご持参ください。

▽申込 12月19日(月)までに電話(午前9時〜午後5時(土日を除く))か、①氏名②性別③住所④電話番号⑤学校・学年を明記の上、ファクスで先着順。

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(別途保険料120円)。

【申込詳細】中央区子ども会育成連合会事務局(南2西10・中央区民センター内)

☎(271) 1096

☎(261) 7405

## 消火栓除雪にご協力を

中央消防署では、冬期間ご自宅および職場近くの消火栓除雪のお手伝いをお願いしています。

特に大雪が降った時には、消防職員・消防団員のみでは作業が追い付かないことから、一層のご理解とご協力をお願いします。

※矢印の丸いところが見えればOKです。



【詳細】中央消防署警防課 ☎(215) 2130

<中央区民講座>

講座名	開催日時	定員	費用
①冬休み親子手づくりおもちゃ講座 ～音の出るおもちゃ とり笛いろいろ～	1月10日(火) 午前10時～正午	20組	受講料：1組500円 材料費：1人500円
【持ち物】上靴。汚れてもよい服装でお越しくください。 ※就学前のお子さんについては託児を予定(無料)。申込時にお問い合わせください。			
②自分で簡単にできる足もみ健康法 (全6回)	1月19日～2月23日 の毎週木曜日 午後1時30分～3時30分	20人	受講料：3,400円

申込詳細  
運営委員会 ☎ 中央区民センター  
(271) 1100



▽日時 1月5日(木)午後1時30分～3時30分(受け付けは午後1時から)。  
▽会場 中央区民センター1階娛樂室(南2西10)。  
▽対象 区内在住で対局ができる小学生(有段者を除く)。  
▽定員・費用 30人・無料。  
▽申込 12月12日(月)～18日(日)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(土・日可)。先着順。  
※定員に満たない場合は申し込み期間を過ぎても受け付けます。また、応募者が著しく少ない場合は講座を中止することがあります。

冬休み子ども将棋大会

申込詳細  
運営委員会 ☎ 中央区民センター  
(271) 1100

▽日程等 左表の通り。  
▽会場 中央区民センター(南2西10)。  
▽対象 ①区内在住の小学生とその保護者、②区内在住か在勤の15歳以上の方(中高生を除く)。

中央区民講座

▽申込 ①12月12日(月)～18日(日)、②12月19日(月)～25日(日)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(土・日・祝可)。先着順。

飲酒運転は厳罰です！悪質・危険な飲酒運転が後を絶ちません。みんなで根絶しましょう！

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～

【子育て講座 受講者募集】

- ◆内容 「乳幼児の応急手当」  
～いざという時のために～
- ◆日時 1月27日(金)午前10時～11時30分。
- ◆会場 中央保健センター(南3西11)。
- ◆対象 区内在住で0歳から就学前のお子さんを育てている保護者(未受講の方)。  
※受講中は、お子さんをお預かりします。
- ◆定員・費用 20人・無料。
- ◆申込 12月21日(水)午前9時から電話で(ファクス不可)。先着順。  
※多くの方に参加していただくため、子育て講座は年間を通して1回の参加になります。

申込・詳細 健康・子ども課 ☎ 511-6399

【スノーフェスタ】

遊びを通して子育て家庭、地域住民、学生ボランティアが触れ合う交流の場です。

雪遊びのほか、体育館では赤ちゃんコーナー、牛乳パックの積み木などもあります。みんなで元気に遊びませんか。

- ◆日時 1月11日(水)午前10時～11時30分。
- ◆会場 向陵中学校(北4西28)グラウンドおよび体育館。
- ◆対象 区内または近隣にお住まいの方(就学前のお子さんは必ず保護者同伴でご参加ください)。
- ◆持ち物 上靴。
- ◆費用・申込 無料・不要。  
当日、直接会場へ。  
※親子ともに帽子や手袋を身に着けるなど暖かい服装でお越しくください。



広告

冬道は、路面が凍結し滑りやすくなります。ドライバーはスピードダウンを心掛けましょう。

### 中央区民センター演奏会

「PMFプレゼンツ  
ウインターコンサート」



▽内容 PMF修了生による素晴らしい歌声をお楽しみください。(曲目は未定)。

▽日時 12月11日(日)午後2時開演(午後1時30分開場)。

▽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 150人・無料。当日、直接会場へ。

▽出演者 バリトン・下司貴大さん、ソプラノ・川島沙耶さん、テノール・古城一樹さん、ピアノ・山本真平さん。

(詳細) 中央区民センター運営委員会 ☎(271) 11000

### 中央区民センター図書室

クリスマス子どもミニ映画会と読み聞かせ会

▽内容 映画「ミッキーのアイスケート」の上映と絵本のひろばどんぐりによる読み聞かせ「ねごさかなのクリスマス」ほか。

▽日時 12月25日(日)午前11時～正午。

▽会場 中央区民センター2階幼児室(南2西10)。

▽対象 区内在住のお子さんとその保護者。

▽費用・申込 無料・不要。当日、直接会場へ。

(詳細) 中央区民センター図書室 ☎(271) 11200



### 地区センター講座

#### 冬休み卓球体験教室

▽日時 12月26日(月)午後1時～3時。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽対象 区内在住の小学生。

▽定員・費用 16人・無料。持ち物 上靴。ラケットをお持ちの方はご持参ください。

▽申込 12月12日(月)午前10時から(翌日以降は午前8時45分～午後5時(日・祝除く))

電話で。先着順。

※受講者が少ない場合は、講座を中止することがあります。

(申込詳細) 旭山公園通地区センター ☎(520) 17000

### 冬休み映画鑑賞会

▽内容 デイズニー映画「ピノキオ」(上映時間86分)。

▽日時 1月14日(土)午前10時30分～正午(午前10時開場)。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽定員・費用 200人・無料。▽申込 不要。当日、直接会場へ。

※駐車場が狭く大変混み合いますので、ご来館の際には公共交通機関をご利用ください。

(詳細) 旭山公園通地区センター ☎(520) 17000



### 冬休みファミリー自由開放

▽内容 ファミリーを対象に多目的ホールを卓球・バドミントンそれぞれ半面ずつ開放します。

▽日時 1月14日(土)午後1時～5時。

▽会場 旭山公園通地区センター(南9西18)。

▽持ち物 上靴。ラケットやボール・シャトルなどの用具。

▽費用・申込 無料・不要。当日、直接会場へ。

※動きやすい服装でお越しください。

(申込詳細) 旭山公園通地区センター ☎(520) 17000



### 中央区社会福祉協議会からののお知らせ

#### ボランティア入門講座

「ほんとうに初めてのボランティア」

▽内容 これまでボランティア活動をしたことのない方を対象とした「やさしい入門講座」です。

講師…北海道視覚障害者リハビリテーション協会 新井宏さんほか。

▽日時 12月21日(水)午後2時～4時30分。

▽会場 福山南3条ビル6階会議室(南3西10・中央区民センター南向かい)。

▽対象 市内在住か通勤、通学している方。

▽定員・費用 30人・無料。

▽申込 12月12日(月)午前9時から電話で。先着順。

(申込詳細) 中央区社会福祉協議会 ☎(281) 6113

### 交通事故発生件数

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	1,296 (-61)	3 (0)	1,506 (-112)
札幌市	6,415 (-667)	21 (-10)	7,420 (-870)

※平成23年累計・11月20日現在。( )は前年比



# 年末年始のご案内



## ◆窓口業務

区役所、各まちづくりセンター、土木センター、保健センター、区民センターおよび旭山公園通地区センターは12月29日(木)から1月3日(火)まで休みです。

※区民センター、旭山公園通地区センターは、図書室も休みになります。

年末を迎え、区の窓口業務は大変混み合うことが予想されます。ご利用の方は、早めにお越しください。

なお、その他の主な施設の休み、住民票や印鑑証明書などの交付、出生届や死亡届など戸籍の届出、市税の納入については、本誌30・31ページ「年末年始ガイド」をご覧ください。



## ◆相談コーナー

区役所1階の相談コーナーでは、各種の相談窓口を開設しています。気軽にご利用ください。なお、年末年始の相談日は右表の通りです。

※法律相談は電話予約が必要です(予約方法などは右表をご覧ください)。

※職業相談では、職業紹介業務は行っておりません。

(詳細) 総務企画課広聴係 ☎231-2400

相談名	相談日	相談時間	12月最終日	1月初日
家庭生活	毎週月・木曜日	午前10時～正午 午後1時～4時	26日(月)	5日(木)
法律	第1・3水曜日 ※当日午前9時から電話で予約受け付け。先着8人(相談時間は1人20分 面談のみ)。 (申込・詳細) 総務企画課広聴係 ☎231-2400	午後～	21日(水)	4日(水)
行政	第1・3火曜日	午後1時～4時	20日(火)	17日(火)
職業	毎週月・水・木曜日	午前8時45分～正午 午後1時～5時	28日(水)	4日(水)
司法書士	第2・4水曜日	午後1時～4時	28日(水)	11日(水)

## ◆ごみの収集

12月31日(土)から1月3日(火)まで、ごみの収集を休みます。年末年始の収集日はご家庭に配布しております「家庭ごみ収集日カレンダー」でご確認ください。また、大型ごみの収集については、本誌30ページをご覧ください。

※中央区民センターに設置している「古紙回収ボックス」は、12月29日(木)から1月3日(火)まで利用できません。

ごみはお住まいの地区の決められた収集日当日の午前8時30分までに出してください(注:年末年始は、道路渋滞やごみ量の増加により、ごみ収集作業等に時間がかかることが予想されますので、ご了承ください)。

(詳細) 中央清掃事務所 ☎581-1153



## 地域FM番組「中央区だより」を放送しています

毎週金曜日、地域の行事や区役所からの情報をお知らせしている地域FM番組「中央区だより」。区職員が出演したり、地域の方々の協力をいただいたりしながら、より新鮮な情報をお届けしています。ぜひお聞きください。



区長の収録風景

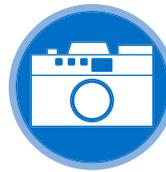
◆放送局 ラジオカロスサッポロ (FM78.1MHz)。

◆放送日時 毎週金曜日午前11時30分～40分。

◆年内最終の放送 12月30日(金) 新年最初の放送 1月6日(金)

※ラジオカロスサッポロの可聴区域は、札幌市内及び近郊です。





## 料理って楽しいね (10/22)

光塩学園調理製菓専門学校（大通西14・南部ユニティアンしず子校長）において「みんな元気!!食育体験レストラン 食育セミナーin光塩」が開催され、区内の小学生とその保護者16組32人が参加しました。

参加者は道産食材を使ったハンバーグなど3品を作りながら、タマネギのみじん切りや片手で卵を割るといった技術も教わっていました。



▶あ、できたよ！できたよ！

## 昔遊びで世代交流 (10/23)

苗穂会館（北1東10）において、苗穂地区社会福祉協議会（相川省二会長）主催の「昔遊び交流会」が開催され、地域の子どもからお年寄りまで約150人が参加しました。

この日は、お年寄りがビー玉やおはじきなどの遊び方を教えながら子どもたちと一緒に楽しんだり、臼ときねでついた餅を食べたりするなど、世代を超えた交流が広がっていました。



▲こうやって遊ぶのよ

◀おいしくなあれっ！

## 文化の秋を堪能 (11/1～3)

旭山公園通地区センター（南9西18）において「ふれあい文化祭」が行われ、同センターを利用しているサークルによる発表や制作品の展示が行われました。

3日祝はステージ発表が行われ、和太鼓やオカリナの演奏などがあり、来場した約200人の聴衆は文化・芸術に親しむ秋の1日を楽しみました。



▲聴衆を魅了する音色



▲勇壮な和太鼓は大迫力



▲紙のプールだ、ワイ！

## みんなで遊ぼう！ (11/10)

中央区民センター（南2西10）において「ほのぼのフェスタ」が開催され、約340人の親子連れなどでにぎわいました。

会場には、紙のプールや積み木などの遊びや冬遊び・子どもの健康や栄養・手洗いなどの情報提供があり、参加者は、学生や地域住民によるボランティアと一緒に、楽しいひとときを過ごしました。

広告