

# ひがし

区民のページ 2013年7月

【編集】

東区役所総務企画課広聴係  
〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目  
☎741-2414 FAX742-4762

E-mail hi.somu@city.sapporo.jp

ネットで検索!

- 東区民ホームページ    
http://www.city.sapporo.jp/higashi/
- 東区広報番組「東区情報ひろば〜タッピー通信」  
さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)  
毎週水曜日10時30分〜40分

平成25年6月1日現在の人口・世帯数  
人口: 258,628人 (前月比+145)  
世帯数: 123,309世帯 (前月比+169)



## ひがしくアルバム

### 栄町花いっぱいプロジェクト



6月15日(土)〜栄町駅周辺〜

地域住民や地元企業などが協力し、歩道の違法駐輪を防ぐため、歩道沿いを花と緑で飾りました。

### 札幌フラワーロード事業



5月26日(日)〜モエレ公園通〜

「モエレまちづくり委員会」が中心となり、札幌地区の住民らによって、花の植栽が行われました。6月末から8月までが見ごろです。

### 人命救助に感謝状



5月27日(月)

〜オオサキメディカル(株)〜

4月5日に起きた交通事故現場で幼児を救出した市民の方4人に、東消防署長から感謝状が贈られました。

### 丘珠小学校田植え体験



6月4日(火)〜サッポロさとらんど〜

丘珠小学校の5年生50人が、サッポロさとらんどの水田で田植えを体験しました。今回植えた稲は、9月ごろに児童たちが刈り取る予定です。

### ゴミゼロの日キャンペーン



5月30日(木)

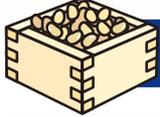
〜東区役所前駅周辺〜

東区クリーンさっぽろ衛生推進協議会の主催で、道行く歩行者やドライバーにポイ捨て防止、環境美化を呼び掛けました。





## って、地域の歴史や地域の特徴を楽しく学んでみませんか？



### ② 福山醸造株式会社しょうゆ工場



大正9年に工場が設立されて以来、苗穂地区でしょうゆを製造し続けている歴史ある工場です。  
原材料の大豆が、さまざまな工程を経て、おいしいしょうゆに出来上がるまでの製造過程を間近で見学できます。



#### 見学メモ

- 見学の実施期間  
3月～11月（月～金曜日）
- 見学時間（要予約）  
9時～12時・13時～15時
- 所要時間 約60分
- 入館料 無料
- 所在地・連絡先  
東区東苗穂町2丁目4番1号  
☎0120-120-280

#### 資料室



#### しょうゆ工場

当工場をご見学された感想や食についてご家族で食卓の話題にしていたら、とてもうれしいです。



福山醸造株式会社  
企画開発課  
もり きよふみ  
森 清史さん



### ③ サツラミルクの郷



敷地内の「牛の館」では、牧場の雰囲気そのままに牛が餌を食べる姿を見て、「ミルク館」の工場で乳製品の製造過程を間近に見学することができます。  
「手作り工房まきば館」では職人によるバターなどの乳製品作りを見た後、売店・レストランで味わうことができます。



#### 見学メモ

- 見学の実施期間  
4月27日～11月4日  
（年によって変動あり）
- 見学時間  
【ミルク館】9時30分～16時  
【牛の館】9時～17時
- 入館料 無料
- 所在地・連絡先  
東区丘珠町573番地27  
☎785-0201

#### ミルク館工場



#### 子牛の哺乳体験（土日祝日限定）

さとらんの隣にあるので、月に1、2回は来ます。見学コースを回ると乳製品の作られる様子がよく分かります。



なかし 高橋さん親子



# 東区 親子で学べる施設をまわろう!

夏休みなどに、東区内のいろいろな学べる施設を親子でまわ



## ① 北海道鉄道技術館



### C62形蒸気機関車 3号機

「C62ニセコ号」として活躍しました。

### 運転シミュレーター「振り子でトライ」

模型の先頭にカメラが付いており、実際に運転しているような体験ができます。

鉄道技術館はJR苗穂工場敷地内にあり、明治43年に建築されたれんが造りの倉庫の内部には、実際に使用された車両など鉄道に関する多くの資料が展示されています。施設ガイドによる詳しい説明も行われています。

日本に3台しか現存しないC62形蒸気機関車の3号機には、本州からも見学者が来ます。

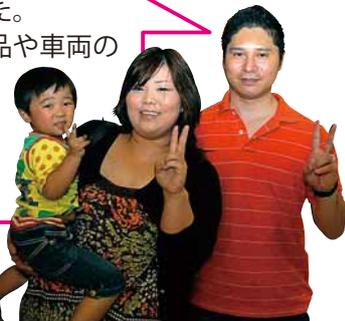


おおにし  
ガイドの大西さん

### 見学メモ

- 開館日  
第2・第4土曜日(5月～8月の期間は第1土曜日も開館)
- 見学時間  
13時30分～16時
- 入館料 無料
- 所在地・連絡先  
東区北5条東13丁目  
☎721-6624

ホームページを見て初めて来ました。実物の展示品や車両の操作体験ができるなど、すごく面白かったです。



たにやま  
谷回さん親子

### ① 北海道鉄道技術館 アクセスMAP



- 交通アクセス●  
 <<JR利用>>  
JR「苗穂駅」より徒歩約20分  
 <<バス利用>>  
札幌駅北口より乗車(中央バス【東63】)  
「苗穂工場」停留所下車、徒歩5分

### ② 福山醸造株式会社 しょうゆ工場 アクセスMAP



- 交通アクセス●  
 <<JR利用>>  
JR「苗穂駅」より徒歩10分  
 <<バス利用>>  
札幌駅前(東急)より乗車(中央バス【環3】)  
「北6条東17丁目」停留所下車、徒歩1分

### ③ サツラクミルクの郷 アクセスMAP



- 交通アクセス●  
 <<バス利用>>  
地下鉄駅(環状通東駅、新道東駅、北34条駅)より乗車(中央バス【東61】)  
「丘珠高校」停留所下車、徒歩5分  
 <<自動車を利用>>  
専用駐車場あります。

東区には、地域に根差したいろいろな施設があります。休日には、ご家族・ご友人を誘って、見学に出掛けませんか? 地域のことが楽しく学べますよ!!



**東区役所関連**

東区役所 (北11東7) ☎741-2400  
 東区土木センター (北33東18) ☎781-3521  
 東保健センター (北10東7) ☎711-3211  
 北部市税事務所 (中央区北4西5アスティ45 9階) ☎207-3912  
 東消防署 (北24東17) ☎781-2100  
 東清掃事務所 (丘珠町873-1) ☎781-6653  
 7月11日からの内容を掲載しています

**まちづくりセンター**

鉄東 (北9東5) ☎721-3105  
 北光 (北18東5) ☎721-1271  
 北栄 (北25東7) ☎721-6336  
 栄西 (北42東4) ☎752-9536  
 栄東 (北41東14) ☎711-2203  
 元町 (北20東20) ☎781-5375  
 伏古本町 (伏古3-3) ☎784-5534  
 丘珠 (丘珠町183-2) ☎781-4283  
 札苗 (東苗穂7-2) ☎783-3608  
 苗穂東 (苗穂町3) ☎742-4427



区役所や区民センター、保健センターの駐車場が大変混雑しています。お越しの際は、できるだけ公共交通機関をご利用願います。

**第14回東区 さわやか健康まつり**

初夏のモエレ沼公園を舞台に豪華景品が当たる「モエレチャレンジオリエンテering」(対象・小学生)や「歩こう走ろう会」など子どもから大人まで思う存分汗を流せます。

日時 7月13日(土)10時～14時40分(雨天中止)。  
 会場 モエレ沼公園陸上競技場。

その他各まちづくりセンターなどから無料シャトルバスを運行します。詳しくは各まちづくりセンターなどで配布中のチラシをご覧ください。

詳細地域振興課地域活動担当 ☎(741) 2429



昨年の歩こう走ろう会の様子

**野菜パネル展**

8月は野菜の摂取強化月間です。健康の維持増進のため、野菜をたくさん食べましょう。レシピの紹介もあります。

日程 8月6日(火)～9日(金)。  
 会場 東区民センター1階ロビー。

詳細健康・子ども課健やか推進係 ☎(711) 3211

**親子DEクッキング 参加者募集**

野菜や乳製品を使った料理を親子で楽しく作って食べよう!

日時 7月31日(水)10時30分～13時。  
 会場 東区民センター2階実習室。

対象 東区にお住まいの、就学前のお子さんと保護者。

定員・費用 20組(先着順)。無料。

申込 7月11日(木)～19日(金)までに電話で申し込み。

詳細健康・子ども課健やか推進係 ☎(711) 3211

**胃がん・大腸がん検診**

日時 7月22日(月)(受付時間は8時45分～10時)。  
 会場 東保健センター。

対象 東区にお住まいで、40歳以上の方。

費用 胃がん700円、大腸がん400円。※減免制度あり。

申込 7月17日(水)までに電話または直接窓口で申し込み。

詳細健康・子ども課健やか推進係 ☎(711) 3211

**市税の夜間納税相談**

毎週木曜日(祝日除く)17時15分～20時に夜間納税相談を行っています。ご利用ください。

会場・詳細 北部市税事務所(中央区北4西5アスティ45 9階) 納税課 ☎(207) 3913

**第11回地域歴史講座**

札幌丘珠空港で地域の歴史を学ぼう!

日時 7月21日(日)14時。  
 会場 札幌丘珠空港2階(丘珠町)「札幌いま・むかし探検ひろば」多目的コーナー。

内容 「丘珠獅子舞の歩み」。

費用・申込 無料。直接会場へお越しください。

その他 11時30分から産直市(釧路・厚岸)やシャノンコンサートも行います。

詳細市民まちづくり局交通計画課空港担当 ☎(211) 2378

**ロビーコンサート第100回記念「拡大特別版ジャズコンサート」**

日時 7月16日(火)12時15分～13時45分。

会場 東区民センター2階大ホール。

出演 豊口健&ジャズプロフェッツ。

内容 「A列車で行こう」「モーニン」など、1960年代に一世を風靡したハードバップスタイルでジャズの王道を演奏します。

費用・申込 無料。当日直接会場にお越しください。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2429





# 子育て情報掲示板

広告

## 子育てサークル活動を 応援しています！

### ◎子育てサークル

子育て中の親子が集まり、一緒に遊んだり母親同士でおしゃべりを楽しむなど、いろいろな活動をしています。

### ◎子育て支援係では こんな応援をしています

- ◆子育てサークルの紹介
  - ◆サークル活動のアドバイス
  - ◆子育てサークル交流会の開催
- 子育てサークルに興味のある方はお気軽にお問い合わせてください。

詳細 健康・子ども課子育て支援係  
☎712-6331

## プレパクラス (両親教室)

日時 8月23日(金)  
18時30分～20時30分  
(受け付けは18時から)。

会場 東保健センター。  
対象 平成25年11月～平成26年1月  
に初めて出産予定の夫婦。

定員・費用 45組(先着順)。無料。  
申込 8月9日(金)～16日(金)までに市  
コールセンター☎222-4894へ  
電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課健やか推進係  
☎711-3211

## ちあふる・ひがしから

### ■食育(野菜をおいしく食べるコツ)

日時 8月8日(木)  
10時30分～11時30分。  
対象 就学前のお子さんと保護者。  
定員・費用 10組(先着順)。無料。  
申込 7月25日(木)10時から電話か直接  
窓口で申し込み。

詳細 ちあふる・ひがし(北9東7 ☎711-7807)

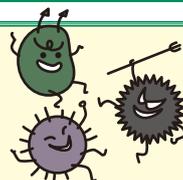
### ■ナースの知恵袋(症状別ホームケア)

日時 8月21日(水)  
10時30分～11時15分。  
対象 就学前のお子さんと保護者。  
定員・費用 10組(先着順)。無料。  
申込 8月7日(水)10時から電話か直接  
窓口で申し込み。

## 食中毒を防ぎましょう！

詳細：健康・子ども課生活衛生係  
☎711-3213

食中毒の多発する時期になりました。  
食中毒の原因の大部分は、細菌やウイルスによるものです。  
3つの決まり(食中毒予防の3原則)を守って、食中毒を防ぎましょう。



### 細菌を につけない！

台所を清潔に保ち、  
手・食材をしっかり  
洗いましょう。

### 細菌を ふやさない！

料理は室温に放置しないで  
早めに食べましょう。  
保存するときは冷蔵庫へ。

### 細菌を やっつける！

料理をするときは十分な加  
熱を。また、調理器具を消  
毒(煮沸など)しましょう。

## ファイターズ公式戦ご招待！ 東区民応援デー

北海道日本ハムファイターズでは、8月27日(火)18時から札幌ドームで行われる埼玉西武ライオンズ戦のC指定席に、区内にお住まいの方1,000組2,000人をご招待します。

申込方法 次のいずれかの方法でお申し込みください(1組1回限り)。  
応募多数の場合は抽選となります。

### ①往復はがき

観戦希望者(2人1組)の代表者の住所、氏名、年齢、性別、電話番号、ファイターズファンクラブ会員番号(会員の場合のみ)、昨年の札幌ドームでの観戦回数、「応援デー」を何で知ったか(広報さっぽろ・告知ポスター・その他)、返信先(返信はがき)を記入し、送付してください。

### ②球団ホームページから

- パソコンの場合 <http://www.fighters.co.jp/kansen/>にアクセスし、申し込みフォームに従って所定事項を入力してください。
- 携帯電話の場合 <http://mobile.fighters.co.jp/kansen/>か、右のQRコードよりアクセスし、申し込みフォームに従って所定事項を入力してください。



詳細・送付先 〒062-8655 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地  
株式会社北海道日本ハムファイターズ「東区民応援デー」係 ☎857-3939

※応募者の個人情報は、株式会社北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送、札幌ドームチケット販売のダイレクトメールなどによる案内以外には利用されません。

締め切り  
7/22(月)  
当日到着分  
まで有効





## 児童会館

<http://www.syaa.jp/>

○カルチャーナイト2013  
「よるのおばけらったやしき」  
(伏古・7/19(金)18時～19時)

○子育てサロンサタデー  
(ひのまる・7/27(土)10時～11時30分)

○ちょっとトライ!  
(札幌・7/30(火)11時～15時)



毎月、子どもたちが興味を持つような行事をたくさん行っています。詳細については、各館にお問い合わせください。

新生	北8東7	☎711-1339	東苗穂	東苗穂5-2	☎786-3191
栄西	北46東5	☎752-8363	元町	北21東18	☎784-6664
北栄	北30東6	☎711-3755	伏古	伏古10-3	☎782-5620
北光	北18東5	☎753-6353	札幌	東苗穂9-3	☎791-5200
元町南	北16東16	☎785-6148	丘珠たから	北35東23	☎784-8095
ひのまる	北38東9	☎752-1551	丘珠ひばり	北丘珠4-1	☎785-6137
苗穂	苗穂町5	☎711-8433	※全館で中学・高校生の夜間利用可能		

表中の記号の見方

**直接会場** = 当日直接参加するもの **要申込** = 事前申し込みが必要なもの  
**先着** = 先着順 **抽選** = 多数時抽選

## 区内各施設の講座など

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中高生を除く）です。

### 東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 [http://www.higashi-kumin.jp/pc\\_web/top\\_top.html](http://www.higashi-kumin.jp/pc_web/top_top.html)

〔申込〕①②は申込期間の10時～17時に電話または直接窓口で申し込み。  
③は生涯学習センター事業課の窓口で直接、またはファクス、はがきで申し込み（必要事項：講座名、住所、氏名、年齢、電話番号）。  
〒063-0051 西区宮の沢1-1-10 ☎671-2311 FAX671-2334  
〔その他〕④会場は東区民センター3階視聴覚室。⑤会場は区民センター図書室。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①夏休みこども茶道教室	8/2(金)、3(土)、5(月)、6(火)、7(水) (全5回)10時～12時	500円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 20人	7/11(木)から〔対象〕区内にお住まいの小・中学生
②夏休みこども囲碁教室 初心者コース・経験者コース	8/5(月)、6(火)、8(木)、9(金)、10(土) (全5回)14時～16時	500円	<b>要申込</b> <b>先着</b> 各10人	7/11(木)から 〔対象〕区内にお住まいの小・中学生
ご近所先生企画講座 ③「ペーパークイリングで手作り雑貨」 ～紙なら簡単!可愛いハンドメイド～	9/21、28、10/5、12、19(土) (全5回)18時45分～20時45分 (9/14(土)はオリエンテーション)	受講料 3,000円 教材費 2,500円	<b>要申込</b> <b>抽選</b> 20人	7/25(木)まで(必着) 〔詳細〕生涯学習センター事業課☎671-2311
区民センター図書室 ④夏休み映画会「はだしのゲン」	7/26(金)14時30分～	無料	<b>直接会場</b> 50人	〔対象〕幼児～大人 〔詳細〕区民センター図書室 ☎742-8112
区民センター図書室 ⑤クイズ こたえて?こたえて!	8/1(木)～8(木)13時～16時	無料	<b>直接会場</b>	〔対象〕幼児～小学生 〔詳細〕区民センター図書室 ☎742-8112

### 栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.sakae-center.com/>

〔申込〕①申込日の9時～17時に電話で受け付け、翌日9時に受講者を決定。定員を超えた場合は抽選、結果は電話で通知。定員に満たない場合は、以降、電話または窓口で受け付け(先着順)。  
〔その他〕7/20(土)～26(金)は蔵書一斉点検のため図書室はお休みです。期間中の本の返却は「返却ポスト」をご利用ください(9時～21時)。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
お話の扉(朗読) 「年老いた雌狼と女の子の話」ほか	7/27(土)11時～12時	無料	<b>直接会場</b>	〔対象〕小学生以上
①夏休み 子ども将棋初心者入門	8/6(火)～8(木)14時～16時	受講料 300円	<b>要申込</b> <b>抽選</b> 15人	7/16(火) 〔対象〕初心者の小学生

広告



**東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/higashi-gym/index.html>**

**■エスポラダ北海道がコーチとしてやってきます**

〔申込〕 申込期間の9時～20時に電話または直接窓口で申し込み。詳細については、東区体育館にお問い合わせください。

対象	教室名	日時	定員	受講料	申込日(期間)・備考
小1・2年生	SHSF夏短キッズフットサル	7/30(火)・31(水)(全2回) 9時30分～10時30分	要申込 先着 各30人	1,100円	7/17(水)～24(水)
小3・4年生	SHSF夏短ジュニアフットサル	7/30(火)・31(水)(全2回) 11時～12時			

**元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841 <http://www.city.sapporo.jp/toshokan/gyoji/motomati/motomati.html>**

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
おもちゃの無料修理	7/17(水)13時～16時	無料	直接会場	修理が必要なおもちゃを持参 ※部品交換が必要な場合は、 部品代は実費負担
おはなし会「夏のスペシャル」	7/20(土)11時～12時	無料	直接会場	〔対象〕 幼児以上 (幼児は保護者同伴)
夏休み子ども工作会 ～ペットボトル空気砲製作～	7/31(水)14時～16時	無料	要申込 先着 10人	7/20(土)～ 〔対象〕 小学3～6年生
怖いおはなし会「夏休みスペシャル」	8/7(水)14時～15時	無料	直接会場	

**ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www4.ocn.ne.jp/~fushiko/>**

〔申込〕 ①申込日の9時10分～9時20分、②18時10分～18時20分に窓口で整理券を配布。定員を超えた場合は即時抽選・決定。定員に満たない場合は、以降平日9時～19時に直接窓口または電話で受け付け(先着順)。

〔その他〕「絵本の読み聞かせの会」を開催します。詳細はお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
今から準備! 転ばないための運動講習会	7/24・8/7(水) 13時30分～15時30分	無料	直接会場 先着 50人	運動靴、水分補給の飲み物、 タオルなど持参
パソコンインターネット基礎講座 ①午前の部 ②夜間の部	8/19～9/5(月)(全6回) ①9時30分～11時30分 ②18時30分～20時30分	受講料 3,500円 教材費 1,700円	要申込 抽選 各20人	8/5(月) 〔その他〕教材費はパソコン レンタル料を含みます

**苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.nh-chikucenter.com/>**

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
歌声サロン	㉔7/11・8/1(木)13時30分～15時 ㉕7/25(木)13時30分～15時	参加費 ㉔800円 ㉕200円	要申込 先着 各20人	募集中
ヘルスアップフェア健康講話 「狭心症ってどんな病気?」	7/18(木)14時30分～15時30分	無料	要申込 先着 20人	募集中 〔講師〕いけだ内科循環器ク リニック池田院長
たのしいおはなし会	7/24(水)11時～11時30分	無料	直接会場	〔対象〕 幼児以上 (幼児は保護者同伴)
ヘルスアップフェア健康講話	8/8(木)14時～15時	無料	要申込 先着 20人	募集中 〔講師〕クラーク病院派遣講師

広告





ガイドの説明をご希望の団体は、事前に見学予約が必要です。  
【詳細】札幌丘珠空港ビル(株)  
丘珠町丘珠空港内 ☎785-7871

空港2階の「札幌いまむかし探検ひろば」。札幌の歴史などが紹介されていて、自由に見ることができます。



見学者に説明する林さん



丘珠エアポートガイド **林 秀明** さん

はやし ひで あき



丘珠空港には  
魅力がいっぱい

まちづくりに励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。今月は丘珠エアポートガイド(OAG)の林秀明さんを紹介いたします。

林さんは丘珠空港を見学する団体に、空港の歴史や空港設備、飛行機について説明するボランティアガイドとして活躍しています。

「子どものころから飛行機が好きで整備士になりました」と話す林さんは、普段は整備士として丘珠空港内に勤務しています。ガイドのほか、空港内で開催される産直市などのイベントでもスタッフとして活躍しています。

小学生、地域住民、高齢者施設の入居者など、さまざまな団体が見学に訪れます。「多くの人たちに丘珠空港について知ってもらいたい」と、実体験や知識を生かし、見学者の年代などに合わせ、説明する内容を変更しています。

「見学者から『ありがとう』と言われると本当にうれしいです」と、笑顔を見せる林さん。これからも丘珠空港の魅力を伝えていきます。

教えて！  
タッピー

夏休みには親子で料理に挑戦したいと考えています。

おすすめ簡単レシピをご紹介します。盛り付けなど、お子さんと工夫しても楽しいですよ！



モリモリ★親子丼

材料 (4人分)

- |            |      |            |        |           |      |
|------------|------|------------|--------|-----------|------|
| 鶏ひき肉……………  | 400g | みそ……………    | 大さじ2.5 | 鶏卵……………   | 4個   |
| タマネギ……………  | 1/2個 | 酒……………     | 大さじ2   | 砂糖……………   | 小さじ2 |
| 小松菜……………   | 1/2束 | 砂糖……………    | 大さじ1   | 塩……………    | 少々   |
| ナス……………    | 1個   | しょうゆ……………  | 大さじ1   | サラダ油…………… | 大さじ1 |
| ミニトマト…………… | 8個   | 水……………     | 大さじ1   | 白飯……………   | 4人分  |
| サラダ油……………  | 大さじ1 | ※事前に合わせておく |        |           |      |

作り方

- 1 小松菜はゆでてみじん切りにする。トッピング用に1/3分けておく。
- 2 タマネギはスライス、ナスは1cm角、ミニトマトは半分に切る。
- 3 鶏卵を溶き、塩と砂糖で味付けする。フライパンにサラダ油を入れて熱し、いり卵を作る。
- 4 フライパンにサラダ油を入れて熱し、ひき肉を入れる。そぼろ状になってきたらタマネギとナスを入れ、合わせておいたAを加える。汁気がなくなってきたら、トマトと小松菜を入れ、さっと火を通す。
- 5 丼に白飯を入れ、いり卵、鶏そぼろを盛り付ける。小松菜をトッピングし、出来上がり！

レシピ考案者



東区特産の野菜と夏野菜で栄養満点です！

4でしっかり煮込んで味をしみ込ませましょう！

天使大学栄養学科4年  
たけなか ゆき 小いし まりな  
竹中 友紀さん 小石 麻里奈さん

広告

