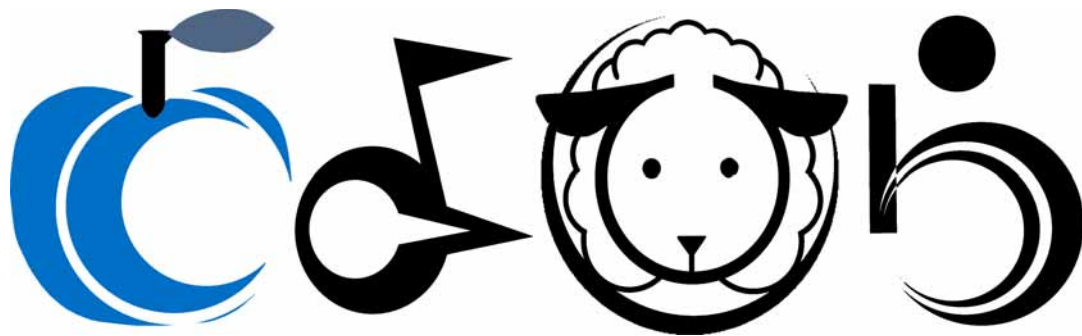




編集

豊平区役所総務企画課広報係  
〒062-8612

豊平区平岸6条10丁目

☎822-2407 ㊚813-3603

## とよひら元気印 (第81回)

おり も たけ ひこ  
**折茂 武彦** さん (43)

レバンガ北海道選手 背番号9

(株)北海道バスケットボールクラブ代表取締役



▲190cm/77kg。ポジションはG/F。夢は「バスケットボールを野球やサッカーのようにメジャーにすること」。

▶通算8,000得点、500試合出場など前人未達の記録を持ち、リーグ最年長ながら第一線で戦う。武器は3ポイントシュート。

▼子ども向けにバスケットボールアカデミーを開講。育成にも力を入れています。



## 「バスケットボール選手」「経営者」2つの顔

道内唯一のプロバスケットボールチーム「レバンガ北海道」。その誕生から今年で3年目、「選手兼経営者」という他に類を見ない挑戦を続けているのが折茂武彦さんです。

日本バスケット界を代表する選手である折茂さんが経営者になったきっかけは、運営会社の経営悪化によるレバンガの前身「レラカムイ北海道」消滅の危機にありました。存続か消滅か、混乱した状況の中で「自分のためにも、北海道と日本バスケット界全体のためにも、このチームを残したい。自分がやるしかない」と決断。運営会社を設立、チームを継承し、前例のない挑戦を始めました。

それからバスケット一色だった生活はガラリと変わりました。「最初はチーム運営のため、スポンサー探しに奔走しました。慣れない仕事で辛い日々が続き、体重が8kgも減りました。周囲の支えがなければとても耐えられなかった」と当時を振り返ります。苦労が実り、2011年8月「レバンガ北海道」が誕生。折茂さんは今も、選手としても経営者としても活躍を続けています。

## バスケットボールを通してファンに恩返しを

埼玉県出身の折茂さんがレラカムイ北海道に移籍したのは2007年のこと。その開幕戦、大勢のファンが詰め掛けた会場でプレーして、バスケットへの価値観が変わったと言います。「それまで実業団でプレーしていましたが、ここがホームなんだとあれほど強く実感したことはなかったですね。ファンに喜んでもらえるのが、あんなに良いものだとは知らなかった。選手として続けていけるのはそのおかげ。たくさんの人に応援してもらって、チームを長く存続させて、ファンと北海道へ恩返ししたい。そのためにも勝ちにこだわります」とその思いを熱く語ります。

バスケットボールの魅力は、観客と選手の距離が近いところと話す折茂さん。「生で見る試合は、テレビとは迫力もスピードも段違い。ぜひ一度、その魅力を味わってもらいたいですね」。

## レバンガ北海道11月～1月のホームゲーム日程

|                    |            |                   |
|--------------------|------------|-------------------|
| 11/9 (土)・10 (日)    | VS 日立東京    | 真駒内セキスイハイムアイスアリーナ |
| 11/30 (土)・12/1 (日) | VS 千葉ジェッツ  | 北広島市総合体育館         |
| 12/13 (金)・14 (土)   | VS つくばロボッツ | 北海きたえーる           |
| 1/25 (土)・26 (日)    | VS 三菱名古屋   | 月寒グリーンドーム         |

※チケットなどの詳細は、レバンガ北海道公式ウェブサイト【<http://www.levanga.com>】か、(株)北海道バスケットボールクラブ【☎799-0090】にご確認ください。

### 豊平区の人口・世帯数

人口 217,208人 (+ 81)  
男 101,085人 (+ 37)  
女 116,123人 (+ 44)  
世帯数 112,273世帯 (+ 60)  
(10月1日現在。( )内は前月比)



転ばぬ先の・・・

これで安心

# 冬みち対策

札幌に住んでいれば誰にでもやってくる冬みち。道路はツルツルだけど、仕事や学校、病院に行くには外に出ないわけにはいきません。がっちりとした体格の人や瞬発力のある若者でも、油断をすると不測の大きなケガをしてしまうこともあります。

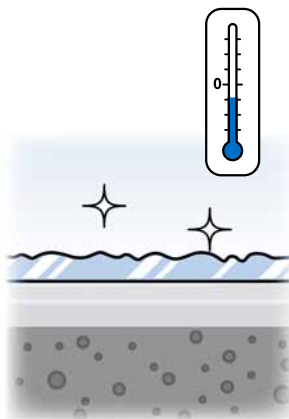
でも、ちょっとした気遣いや心構えで、自分だけでなく、他の人もケガをしないで済むかもしれません。今回はそんな冬みちの「心得」を紹介します。

【問い合わせ先】区土木センター ☎851-1681

そもそも



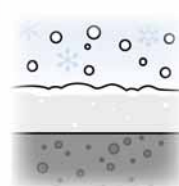
さらに、人や車が通ることで表面が磨かれ、ツルツル路面が出来てしまいます。



昼間に気温が上昇し、表面が解けます。夕方気温が一気に下がると氷になります。



積もった雪の上を人や車が通り、圧雪状態になります。



雪が積もります。

雪が氷になり、その上に水の膜が張ります。雪に比べると断然滑るようになります。

どうして？

## タイルやフローリング

意外と見落としがちなのが、雪のない地下街や店舗の床。靴底に付いた雪が解けて、タイルなどが氷並みに滑りやすくなっています。



## 車の出入り口になっている歩道

ガソリンスタンドや駐車場の入り口など、車の出入り口になっている歩道は、排気熱で雪が氷になりやすく、傾斜がついていることがほとんど。



## 横断歩道

車や人が行き交う場所なので、他の場所に比べて、特に滑りやすくなっています。車道との境目は段差や傾斜になってしまいます。



やっぱり？

どこが？

「なるほど、あそこね」という定番もありますが、意外な場所もツルツルに。



## 時間には余裕を

焦ってしまえば、せっかく  
転ばない歩き方をしても台無し。  
時間には余裕を持って早  
めに家を出ましょう。



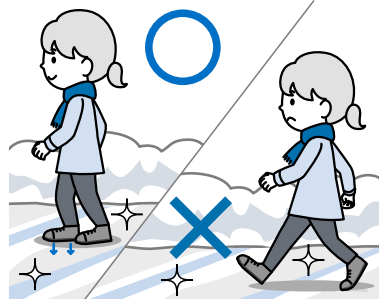
## 重心を低く

足腰をピンと張らず、膝をわ  
ずかに曲げて腰を落としま  
しょう。下半身を使って歩く  
ことで転びにくくなります。



## 基本は「小幅歩き」

見るからに滑りそうな路面で  
は、ぐっと歩幅を狭くして、  
ソロソロと歩きましょう。  
かかとから地面に着いてはダ  
メ！足裏全体で同時に地面に  
着きましょう。



ズバリ！

ツルツル路面の

歩き方

## ころばーずボトルを作ろう！

### 用意するもの

- ①空のペットボトル
- ②滑り止め砂
- ③はさみ

砂箱から  
持ち帰ってもOK！



①始めに砂を入れる  
ための道具作り。  
ペットボトルの真  
ん中辺りで半分に  
切ります。



②キャップ側の半  
分はじょうご、底  
側の半分はシャベル  
として使います。



③じょうごをのせ  
たペットボトルを  
しっかり押さえ、  
シャベルで少しづ  
つ砂を入れます。



④キャップを閉め  
て完成。ツルツル  
路面を見つけたら、  
パパッと砂をまき  
ましょう。

「危ない！」と  
思ったら...

お手軽。

大きな交差点や坂道に「砂箱」  
があります。中にある滑り止  
め砂は、誰でも自由に使って  
OK。ツルツル路面で「滑っ  
て危ない」と思ったら、あと  
から通行する方のためにも砂  
まきをしましょう。ご協力を  
お願いします。



ツルツル路面の

砂まき

## お話を聞きました！ さっぽろシュリー福住店



◀この道35年のベテラン  
玉根さん。丁寧な仕事を  
心掛けています。

「さっぽろシュリー」  
では、障がいのある  
方が働いています！

**場所** 福住バスターミナ  
ル待合室（福住2-1）。  
**営業時間** 10時～19時。  
**定休日** 日・祝日。  
**品目** 滑り止めの貼り付  
けや靴底貼り替え、靴関  
係の用品販売など。詳細  
はお問い合わせください。  
**詳細** ☎854-9274



## 路面状況に合った靴選びを

靴底の材質や形、溝の深さなどにより、冬  
の靴はさまざま。ファッションだけでなく、  
安心・安全に街を歩くことも考えて靴を選  
びましょう。靴を買うと同時に滑り止めを  
貼ったり、すり減った靴底を貼り替えても  
らうのもオススメです！

しっかり  
グリップ！



▲貼り替えをし  
たかかと部分。  
◀新品のブーツ  
の靴底に滑り止  
めを貼りました。

教えて！  
足元対策

ツルツル路面の

靴選び



情報満載！

# とよひら掲示板

11月11日～12月10日の  
区内の情報を掲載しています

豊平区役所・豊平保健センター ☎822-2400  
〒062-8612 平岸6条10丁目  
豊平区土木センター ☎851-1681  
〒062-0033 西岡3条1丁目  
豊平清掃事務所 ☎581-9153  
〒062-0039 西岡520番地

## ちあふる・とよひら 子育て講座

①お手軽クッキングのコツ教  
えます！

日時 12月3日(火)15時15分～16  
時。

対象 1歳から就学前のお子さ  
んと保護者。

申込開始 11月19日(火)。

②はじめてのトイレレー  
ニング

日時 12月11日(水)10時30分～11  
時15分、13時30分～14時15分。  
対象 1歳10カ月以上のお子さ  
んと保護者。

申込開始 11月27日(水)。

〈以下共通〉

定員・費用 10組。無料。

会場 豊平区保育・子育て支援  
センター(月寒東1-4)。

申込 申込開始日から、10時～  
17時に左記へ電話か直接窓口  
で。先着順。

詳細 豊平区保育・子育て支援  
センター(ちあふる・とよひ  
ら) ☎(851)25110

## 月寒公民館 絵本読み聞かせ

日時 11月30日(土)10時30分～11  
時30分。

会場 月寒公民館2階第1・2  
研修室(月寒中央通7丁目)。

費用 無料。

詳細 月寒公民館  
☎(851)0482

## 西岡図書館から

①楽しいお話の会

日時 11月14日・21日・28日、  
12月5日のいずれも木曜日。  
15時～15時30分。

対象 幼児・小学生および保護者。

②大人のお話会

日時 11月16日(土)14時～15時。  
対象 一般および児童。

定員・費用 40人。無料。

③パネル展「新美南吉生誕100  
年」

「こんぎつね」などの優しい  
作品を残し、若くして世を  
去った新美南吉を紹介します。

日時 11月17日(日)～26日(火)。  
④講演会「枕草子の背景と道  
長と定子」

札幌大学教授による講演会。  
日時 11月14日(木)14時～16時。

対象 一般。

定員・費用 40人。無料。

参加方法 当日、直接会場にお  
越しください。

〈休館日〉11月13日・27日のい  
ずれも水曜日。

詳細 西岡図書館(西岡3-6)  
☎(852)8111

## 豊平区民センターから

①図書室読み聞かせ

日時 11月12日・12月10日のい  
ずれも火曜日。15時30分～16  
時。

会場 区民センター図書室児童  
コーナー(平岸6-10)。

費用 無料。

参加方法 当日、直接会場にお  
越しください。

詳細 区民センター図書室  
☎(811)1030

②第36回豊平区民書道・美術  
展

日時 書道 11月8日(金)～13  
日(水)。美術 11月14日(木)～19  
日(火)。いずれも9時～21時(最  
終日は15時まで)。

会場 区民センター1階ロビー。  
③電話から始まる悪質商法

詐欺の被害に遭わないため  
に進化する手口を学びます。

日時 11月29日(金)10時～12時。  
会場 区民センター2階視聴覚  
室。

対象 区内在住かお勤めの方。  
定員・費用 30人。無料。

申込 11月11日(月)～20日(水)まで  
の9時～17時に下記へ電話か  
直接窓口で。先着順。

④ジャズライブ in Toyohira  
心に残る名曲集を披露。

日時 11月23日(祝)13時30分～15  
時。

⑤豊平の杜語り言葉・音楽・  
リズム  
朗読とフルート演奏を披露。

日時 12月1日(日)14時～15時30  
分。

〈④⑤共通〉

会場 区民センター2階大ホー  
ル(上履きをご持参ください)。

費用 無料。

参加方法 当日、直接会場にお  
越しください。

詳細 区民センター(平岸6-  
10) ☎(812)7181

## 国民健康保険料 口座振替推進月間

11月は豊平区国民健康保険  
料口座振替推進月間です。窓  
口で新規お申し込みの方に粗  
品を差し上げます。

夜間・休日納付相談

日時 夜間 11月27日(水)・28  
日(木)のいずれも19時30分まで。  
休日 11月24日(日)9時～14時  
30分。

会場 区役所1階保険年金課。  
詳細 区役所保険年金課収納一  
係・二係 ☎(822)25110

市税の夜間納付相談

日時 毎週木曜日、20時まで。  
会場 南部市税事務所2階納税  
課(平岸5-8)。

詳細 南部市税事務所納税課  
☎(824)3913

卓球大会出場者募集

種目 団体ダブルス。お一人か  
らお申し込みいただけます。

日時 11月24日(日)8時45分受付。  
会場 東月寒地区センター1階  
ホール(月寒東3-18)。

広告

対象区内在住の方(学生を除く)。  
**定員・費用** 70人。一人300円。  
**申込** 11月11日(月)～18日(月)の9時～17時に参加費とともに直接窓口で。先着順。  
**詳細** 東月寒地区センター  
 (853) 2011  
**第4回あつまーる ボランティア教室**  
 地域でのボランティア活動についてお話を聞いてみませんか。  
**日時** 11月28日(木) 14時～15時30分。  
**会場** 豊平老人福祉センター「あつまーる」2階教養講座室(中の島2-3)。  
**ゲストスピーカー** 札幌ライラック病院医療ソーシャルワーカー 高田麻実氏。  
**対象** 区内在住の方か老人福祉センター利用者。  
**定員・費用** 20人。無料。  
**申込** 11月11日(月)から、8時45分～17時15分に下記へ電話で。先着順。

**詳細** 区社会福祉協議会(平岸6-10 区民センター内)  
 (815) 2940  
**陸上自衛隊高等工科学校 生徒募集説明会**  
**日時** 11月23日(祝) 10時～12時、または、13時～15時。  
**会場** 区民センター3階第3会議室(平岸6-10)。  
**対象** 平成26年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子および保護者。  
**参加方法** 当日、直接会場にお越しください。  
**詳細** 自衛隊札幌地方協力本部南部地区隊(南区真駒内17)  
 (581) 0736  
**とよひら風土(フー)ダークコレクションマーク作品展**  
 平岸高校デザインアートコースの学生による応募作品全42点を展示します。  
**日時** 11月11日(月)～22日(金)。8時45分～17時15分。  
**会場** 区役所1階ロビー。  
**詳細** 区役所健康・子ども課 健康やか推進係  
 (822) 2472

## 札幌南税務署 庁舎移転のお知らせ

札幌南税務署は、本庁舎の改修工事に伴い昨年6月より仮庁舎で執務を行っていますが、平成25年11月25日(月)から本庁舎に戻ります。なお、仮庁舎での執務は11月22日(金)の17時まで行います。  
**※平成25年分の「確定申告会場」は「札幌南税務署本庁舎」となります。**  
**移転先** 〒062-0051 豊平区月寒東1条5丁目3-4 (855) 555-3900  
**詳細** 札幌南税務署(中央区南7条西1丁目21番地1第3弘安ビル) (855) 555-3900

## 住民集団健康診査(予約不要)

各地区の会館などで実施します。特定健康診査・後期高齢者健康診査は原則有料です。

| 地 区 | 実施日                 | 受付時間                        | 実施会場   | 所在地         |
|-----|---------------------|-----------------------------|--------|-------------|
| 月 寒 | 11/13(水)            | 9時30分～11時                   | 月寒公民館  | 月寒中央通7-8-19 |
| 中の島 | 11/13(水)            | 13時30分～15時                  | 中の島会館  | 中の島1-4-9-4  |
| 全地区 | 11/16(土)<br>12/8(日) | 9時30分～11時30分、<br>13時30分～15時 | 区民センター | 平 岸6-10-1-1 |

| 種 類           | 対象者・検査項目                                                                                                                      | 費 用                                                                         | 持参書類など                                                                                     |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 特 定<br>健康診査   | 40～74歳が対象。<br>①基本項目 問診、身体計測(身長・体重・腹囲)、診察、血液検査(脂質・血糖・肝機能など)、尿検査、血圧測定。<br>②詳細項目 心電図、眼底検査、貧血検査。<br>※②は一定の条件に該当し、さらに医師が必要と認めた方のみ。 | ・札幌市国保の方<br>受診券をご確認ください。<br>・札幌市国保以外の方<br>受診の可否や費用はご加入の健康保険機関(保険者)にご確認ください。 | ・受診券と保険証をお持ちください。生活保護を受けている方は、受給証明書をお持ちください。<br>・前日はアルコールを取らず、当日は直近の食事を控えてください。水は飲んで構いません。 |
| 後期高齢者<br>健康診査 | 75歳以上が対象(特定障がいのある65～74歳を含む)。特定健康診査の①(腹囲を除く)のみ。                                                                                | 受診券をご確認ください。                                                                |                                                                                            |
| X線検査          | 40歳以上が対象。胸部レントゲン検査。                                                                                                           | 無料。                                                                         | ・住所、生年月日を確認できる書類をお持ちください。                                                                  |
| 肝炎ウイルス検査      | 年齢制限なし。ただし、過去に検査済みの方は対象外。                                                                                                     | 今年度に限り無料。                                                                   |                                                                                            |

**詳細** 保健センター健康・子ども課健康やか推進係 (822) 2472





## 各種講座のお知らせ

| 会場・申込先                              | 講座名                                 | 曜日    | 開催日時                   | 定員  | 受講料<br>(教材費)       | 対象・申込方法など                                                                               |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------|------------------------|-----|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 区民センター<br>(平岸6-10)<br>☎812-7181     | 年越し手打ちそば<br>(全1回)                   | 土     | 12/14<br>10時～12時30分    | 20人 | 1,000円<br>(1,000円) | <b>対象</b> 市内在住かお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。<br><b>申込</b> 11/11(月)～20(水)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。 |
| 月寒民館<br>(月寒中央通7)<br>☎851-0482       | ①パソコンで年賀状作り<br>(全1回)                | 金     | 11/22<br>9時30分～15時30分  | 20人 | 1,800円<br>(1,000円) | <b>対象</b> 区内在住かお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。<br><b>申込</b> 11/13(水)～19(火)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。 |
|                                     | ②アート&ブリザーブドフラワーでかわいいしめ飾り作り<br>(全1回) | 月     | 11/25<br>9時30分～11時30分  | 20人 | 無料<br>(2,100円)     |                                                                                         |
|                                     | ③手打ちそばで年越し！<br>(全1回)                | 木     | 12/5<br>10時～12時30分     | 16人 | 800円<br>(1,200円)   |                                                                                         |
| 西岡福祉地区センター<br>(西岡4-9)<br>☎852-4687  | 第7回パソコン講座（ワード復習と年賀状）<br>(全6回)       | 月・水・金 | 11/18～29<br>18時～20時    | 20人 | 3,400円<br>(1,500円) | <b>対象</b> 区内在住かお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。<br><b>申込</b> 11/11(月)～16(土)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。 |
| 東月寒地区センター<br>(月寒東3-18)<br>☎853-2011 | 親子ビクス&親子リンパマッサージ<br>(全1回)           | 木     | 11/21<br>10時30分～11時30分 | —   | 無料                 | <b>対象</b> 区内在住の1～3歳の幼児と保護者。<br><b>申込</b> 11/13(水)～20(水)の9時～17時に電話か直接窓口で。                |

※定員に満たない場合は、引き続き受け付けます。応募者が少ない講座は、中止になることがあります。  
※納入された受講料・教材費は、原則としてお返しできません。

## 西岡まちづくりセンター 一時移転のお知らせ

西岡まちづくりセンター・西岡会館の全面改築に伴い、まちづくりセンターが一時的に移転します（西岡会館は休館します）。移転後は、現在地で建て替えを行い、工事期間は約1年を予定しています。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

**移転先** 〒062-0031 豊平区西岡1条7丁目2-1

札幌大学研修センター内 ☎854-0357

**移転期間** 平成25年12月2日(月)～平成26年12月末（予定）

**詳細** 西岡まちづくりセンター（西岡4条5丁目） ☎854-0357

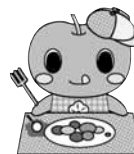


## とよひら“風土(フード)”コレクション 商品販売！

豊平区では、食育に関わるさまざまな団体と連携し、区の風土を生かした食育事業「とよひら“風土(フード)”コレクション事業」を進めています。

下記の店舗では、区ゆかりの食材を使用した料理が味わえます。メニューや販売時期の詳細は、店舗により異なりますので、各店へお問い合わせください。

**詳細** 区役所健康・子ども課健やか推進係 ☎822-2472



| 協力店 |                                          |     |                                                            |
|-----|------------------------------------------|-----|------------------------------------------------------------|
| 飲食店 | オステリア デラカーサ<br>平岸1条19丁目2-45<br>☎832-4343 | 飲食店 | 豊平区役所食堂（白石観光株）<br>平岸6条10丁目豊平区役所3階<br>☎832-8777             |
|     | Dutch-Oven<br>福住2条4丁目2-24<br>☎598-7798   |     | びすとろLe nord倶楽部<br>平岸5条10丁目7-1<br>☎816-5537                 |
|     | とういん 唐韻<br>美園4条7丁目5-1<br>☎816-3419       |     | ふうわ フウワ カフェ<br>風和 (fu-wa cafe)<br>月寒西1条9丁目8-1<br>☎855-8882 |
| 製菓店 |                                          | 飲食店 | ふくたいるう 福泰楼<br>西岡4条9丁目1-26<br>☎853-3300                     |
|     |                                          |     | レストラン Harapeko<br>豊平3条7丁目2-1<br>☎832-2246                  |
|     |                                          | 製菓店 | オーブール クール<br>Aube Le coeur<br>中の島1条2丁目2-8<br>☎837-5533     |

広告

## 豊平区体育館だより

平成26年1月から約3カ月にわたって開かれる教室のご案内です。日程、定員、回数、受講料などの詳細につきましては、豊平区体育館にお問い合わせください。

| 対象    | 種目          | 曜日 | 時間            | 対象    | 種目          | 曜日 | 時間            |
|-------|-------------|----|---------------|-------|-------------|----|---------------|
| 16歳以上 | やさしいヨガ      | 月  | 10時～11時30分    | 16歳以上 | バドミントン初級    | 火  | 10時～12時       |
|       | ストレッチヨガ     | 火  | 10時～11時30分    |       | バドミントン中級    | 火  | 10時～12時       |
|       | 背骨コンディショニング |    |               |       | テニス入門       | 木  | 9時～11時        |
|       | 生活習慣病予防体操   |    | 9時20分～10時50分  |       | テニス初級       | 水  | 13時～15時       |
|       | ヨガ          | 水  | 10時～11時30分    |       | テニス初級       | 火  | 13時～15時       |
|       | ボディコントロール体操 |    |               |       | テニス初級       | 水  | 15時～17時       |
|       | フラダンス       |    | 11時15分～12時30分 |       | テニス初級       | 木  | 13時～15時       |
|       | ピラティス       |    | 9時30分～10時40分  |       | テニス初級       | 火  | 15時～17時       |
|       | 入門太極拳       | 木  | 11時～12時30分    |       | テニス初級       | 木  | 15時～17時       |
|       | ナイトピラティス    |    | 19時30分～20時45分 |       | テニス初級       | 金  | 13時～15時       |
|       | 懐メロ体操       |    | 9時20分～10時50分  | ①     | ママヨガ        | 金  | 13時～14時10分    |
|       | リラックスヨガ     | 金  | 10時～11時30分    | ②     | キッズフットサル    | 木  | 16時～17時       |
|       | ずばろ健康体操     |    | 11時10分～12時40分 | ③     | ジュニアフットサル   |    | 17時10分～18時10分 |
|       | ナイトヨガ       |    | 19時30分～20時45分 | ④     | ジュニアショートテニス | 月  | 16時～17時       |
|       | 卓球入門        | 火  | 10時～12時       | ⑤     | ジュニアテニス(硬式) | 金  | 17時～18時       |
|       | 卓球初級        |    |               | ⑥     | げんきキッズ(年少)  | 火  | 14時15分～15時15分 |
|       | 卓球中級        | 木  | 13時～15時       | ⑦     | ジュニアハンドボール  | 木  | 16時30分～17時30分 |

①は0～6歳の未就学児と16歳以上の保護者、②は年中・年長(平成19年4月2日～平成21年4月1日生)、③は小1～6、④は小1～6で1年以上経験者、⑤は年少(平成21年4月2日～22年4月1日生)、⑥は小1～中2。  
**申込** 11/26(火)～12/7(土)の9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 12/8(日)の14時から。

### ◎12月のスポーツ教室

- ①マンツーマン卓球・プライベート卓球(16歳以上・レベル不問、12/3～25の火・水曜日、1回完結)。  
 ②マンツーマンテニス・プライベートテニス(16歳以上・レベル不問、12/5～26の木曜日、1回完結)。

**申込期限** 11/16(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 11/17(日)の14時から。

※11/18(月)は施設整備日のためお休みです。

※受講料のほか、施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。

**詳細** 豊平区体育館(月寒東2条20丁目) ☎855-0791

## こりとめーたんの

# ワンポイント・アドバイス

Vol.5

## ～交通事故から身を守ろう！～

秋が深まるにつれ、日没時間が早くなってきました。この時期は、夕方から夜間にかけての事故が多くなる傾向にあります。ドライバーが気を付けるだけでなく、歩行者もドライバーに自分の存在をアピールすることで、交通事故防止に努めましょう！

### ドライバーからはどんな風に見えるの？

ドライバーからは、暗い色の服では約30メートル、明るい色の服で約40メートルまで近づかなければ歩行者はよく見えません。  
 しかし、明るい色の服と夜光反射材を着用すると、約100メートル先からも見ることができます。

明るい色の服装  
で反射材を着用

明るい色の服装

暗い色の服装

約100m以上

約40m

約30m

### 明るい色の服装って？



白・黄色・淡いオレンジ・水色などの色の服装

### 反射材はこんなところに付くと効果的！

- 地面に近い場所や、手足などのよく動く部分
- バッグ



※反射材は、お近くのホームセンターなどでお買い求めいただけます。

**詳細** 区役所総務企画課地域安全担当係 ☎822-2405





### 創造学園大運動会 (9/25)

スポーツの秋！お玉を使っのピンポン玉運びや、フラフープをくぐるリレーなど、ユニークな競技がめじろ押し。年齢を感じさせないはつらつとした動きを披露し、競技の合間には応援合戦を繰り広げ、仲間と親睦を深めました。



### 月寒地区 親子ふれあいコンサート (9/28)

小・中・高6校7団体の生徒が、日頃の練習の成果を披露。会場には、美しい音色や澄んだ歌声が響き渡り、生演奏の迫力に観客は感動した様子。350人を超える地域の住民や保護者が集まり、立ち見客が出るほどの盛況でした。

### ワクワクとよひろんど“きたえーる”でA・S・O・B・O!! (10/3)

広い「北海きたえーる」が子どもたちの遊び場に変身！「ジャンボ新聞プール」で泳いだり、尚志学園高等学校の生徒が手作りしたまごどと一緒に遊んだり、子どもたちは大はしゃぎ。ステージコーナーでは、親子が一緒に体を動かしてリフレッシュ！



### ふらっとホーム2013 in 豊平区 (10/5)

さまざまな年代の区民と上田市長が、暮らしの身近な話題について意見を交換しました。今年は札幌大学の学生も参加。地域でのボランティア活動、除雪、子育て、札幌ドームを活用したまちづくりをテーマに、これからの豊平区について話し合いました。