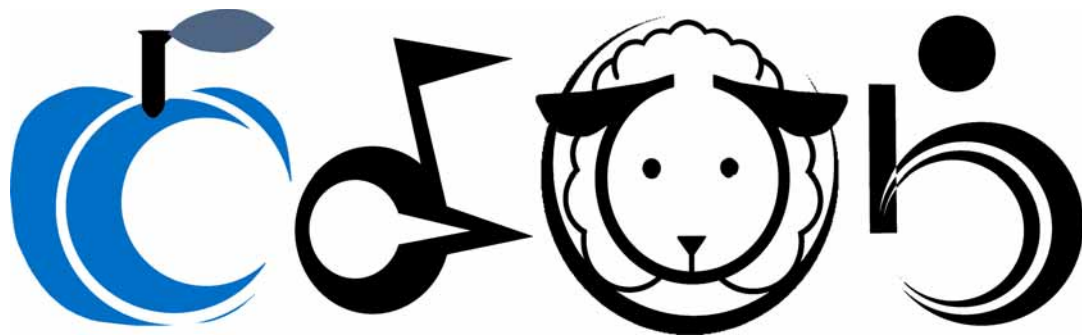




編集

豊平区役所総務企画課広聴係
〒062-8612

豊平区平岸6条10丁目

☎822-2407 ㊟813-3603

とよひら元気印 (第89回)

まつもと
松本

たみ お
民雄 さん (65)

赤い羽根共同募金 月寒地区協力ボランティア



始まります！赤い羽根共同募金運動

今年も10月1日から12月31日まで、全国一斉に共同募金運動が始まります。豊平区の地下鉄駅や店舗の前などで街頭募金も行います。いただいた募金は福祉施設での事業や地域の福祉活動に役立てられます。皆さまのご支援をお願いします！



豊平区ホームページ「夢ひらく 花ひらく とよひらく」
<http://www.city.sapporo.jp/toyohira/>
豊平区ラジオ広報番組「豊平インフォメーション」
FMアップル76.5MHz 毎週木曜日15時～

伝えています 感謝の言葉

地域の高齢者、障がいのある方、子育て中の方などを支援する「赤い羽根共同募金」。この活動には、たくさん募金ボランティアが活躍しています。

主に月寒地区で、子どもたちと一緒に募金活動に参加している松本さん。ボーイスカウトとして子どもたちの奉仕の心を育むさまざまな活動の中で、赤い羽根共同募金も大切な活動だと考えています。

「子どもたちがじかに対面して『ありがとうございます』と感謝の言葉を伝えます。人と関わりを持つ経験が将来きっと役に立つと思います」。毎年秋には区内の地下鉄駅などで子どもたちと一緒に街頭に立ち、募金の呼び掛けをしています。「君たちが頑張った結果で多くの人が助かっているよ」と励まし、子どもたちの健やかな成長を後押ししています。

長く募金活動に携わった経験から、募金への理解を得ていくには「募金が有意義に使われていることをもっとPRしたい」と話します。「多くの団体と関わりを持っていく方がいい」との思いから、さまざまな団体に協力をお願いし、支援の輪を人の輪に広げていきます。

「視野を広く持ち、幅広く人とお付き合いさせていただくことで自分の成長にもなります」と明るく話す松本さん。定年退職を機に、町内会や民生委員の活動にも携わるようになり、住民自身が積極的に行動すれば町がもっとよくなると感じています。「私たちがどんどん提案して、地域の皆さんで力を合わせれば温かい素晴らしい町を創っていける」。熱い思いを胸に、ボランティアの心でこれからも赤い羽根の広まりを見つめていきます。

豊平区の人口・世帯数		
人口	217,874人	(- 36)
男	101,303人	(- 53)
女	116,571人	(+ 17)
世帯数	113,299世帯	(- 12)
(8月1日現在。()内は前月比)		



豊平区の スポーツを 支える人たち

豊平区のスポーツを盛んにするため、日々活動している「豊平区スポーツ推進委員会」。

その活躍の様子をご紹介します。

詳細：豊平区役所地域振興課 ☎822-2427

豊平区スポーツ推進委員会 主催イベント

↑地区対抗壮年野球大会（8月）月寒公園坂下野球場にナイター設備が出来た記念に始まった大会。40歳以上の選手たちが豪快なプレーを見せます。



↑地区対抗少年少女ドッジボール大会（11月）スピード感のある緊迫した試合に、選手も審判も本気モード！



↑とよひらスノーファイト（2月）小学生が雪合戦で白熱！冬ならではのスポーツを楽しみます。推進委員は運営や審判に大忙しです。



←地区対抗少年野球大会（7月）豊平区が出来た頃から続いている伝統ある大会。地区ごとの代表チームが戦います。運営・審判・監督の三役をこなす推進委員も！



←豊平区民カーリング体験会（8月）

オリンピックで盛り上がり、プレーヤーが増えてきているカーリング。その普及にも取り組んでいます。参加者からは「またやりたい」と高評価！



スポーツ推進委員
ってなに？

スポーツ推進委員は札幌市の非常勤公務員です。

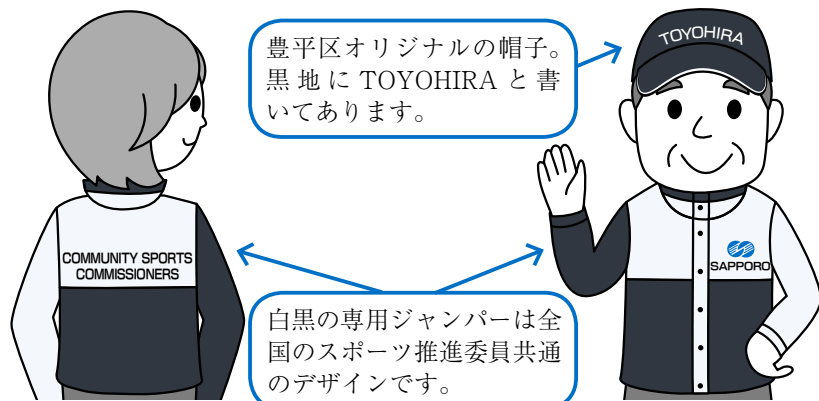
地域の方から推薦を受けた25～70歳の方が、札幌市教育委員会から2年の任期で委嘱を受けています。

その身分は「スポーツ基本法」によって定められています。

どんな活動をしているの？

スポーツイベントの企画・運営を行ったり、市が主催するイベントをサポートします。大規模な国際大会を手伝うことも。他にも実技指導や、スポーツ団体と地域の間の調整役など、その活動は多岐に渡ります。

こんな格好で活動しているよ！



スポーツ推進委員 ってどんな人たち？

スポーツ推進委員として活動しているのは、会社員や主婦などの地域に住んでいる身近な人たち。自分の住んでいる地域のスポーツ振興に取り組んでいます。札幌市全体で260人、豊平区では31人が活躍中です。(平成26年8月現在)

現役の豊平区スポーツ推進委員にインタビュー！

もともと少年野球の指導をしていて、声を掛けられて推進委員になりました。ドッジボールやスノーファイト、野球大会などの運営や審判に携わっています。少年野球大会では参加チームの監督でもあるので忙しいですね。ドッジボールの審判資格を昨年取ったんですが、初めての实战はとても緊張しました。その分、良いジャッジができたときはとてもうれしかったです。

スポーツを通じて地域の子どもたちに関わっていただけるのはとても楽しいし、大事なことだと思っています。子どもは地域みんなで育てていくものだと思いますから。少年野球でも、技術だけでなくチームスポーツの楽しさやルールを守ることを伝えたいです。

子どもに限らず、色んな人がたくさんスポーツに触れるきっかけになるイベントが必要だと感じています。すぐにというのは難しいですが、今後、推進委員だけでなく町内会などの地域みんなで協力して、長く続くイベントを開催できたらと思っています。



推進委員として20年ほど活動していて、今年度から会長に就任しました。推進委員会は、恒例となっている主催イベントのほかにも、地区ごとのスポーツイベントを町内会などと協力して開催したり、札幌マラソンやノルディックスキー世界選手権などの大規模大会のお手伝いをしています。

審判をすることも多いので、みんなで勉強会をしたり、資格を取ったりしています。私もかなり昔ですがドッジボールと雪合戦の審判資格を取りました。選手たちは真剣ですが、こちらも真剣です。とても面白いですよ。

今後は若い世代の推進委員に運営や審判のノウハウを伝えていって、活躍してもらいたいと思っています。また、昨年から始まったカーリング体験会が、初めての方でも楽しめるという好評だったので続けていきたいですね。



↑ 少年野球大会であいさつをする春山会長。

スポーツ企画の相談 にものってくれる!?

「地元でスポーツイベントを企画することになった」「相談できる人が身近にいない!」

そんな時はスポーツ推進委員が力になれるかもしれません。ぜひ一度ご相談を。

問い合わせ先

豊平区役所地域振興課 ☎822-2427

こんなところで会えるかも!?



・規模の大きなスポーツ大会



・町内会のスポーツイベントの運営



・地域のスポーツ少年団のコーチや監督

情報満載！

とよひら掲示板

9月11日～10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



このマークの近くには小学校があります。
ドライバーは子どもたちにご注意ください



ちあふる・とよひら 子育て講座

①親子ビクス
日時 9月30日(火)10時30分～11時30分
対象 1歳7カ月から就学前のお子さんと保護者。
申込開始 9月16日(火)。

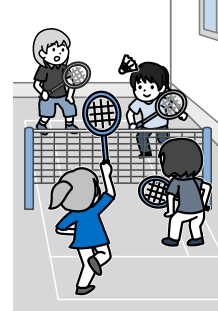


②骨盤エクササイズで美しいママに变身！
日時 10月8日(水)10時30分～11時30分
対象 4カ月～1歳7カ月のお子さんと保護者。
申込開始 9月24日(水)。
(以下共通)

定員・費用 20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

第30回秋季豊平区民 バドミントン大会



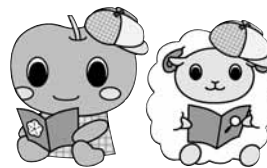
種目 男女別、ミックスダブルス戦。
日時 10月5日(日)9時～16時30分。
会場 豊平区体育館(月寒東2-20)。
対象 区内在住かお勤めの方(学生を除く)。
費用 一人千500円(一組三千円)を当日会場で支払い。
申込 9月22日(月)必着で区民センター、豊平区体育館、月寒公民館、西岡福祉地区センターで配布中の申込書を左記へファクスか郵送。
詳細 豊平区バドミントン協会 進藤 ☎(062)092中の島2-3-5-21-302
FAX ☎(81)3024

月寒公民館 絵本読み聞かせ

楽しい時間を過ごしませんか。興味のある方ならどなたでも大歓迎です。

日時 9月20日(土)10時30分～11時30分。
会場 月寒公民館1階大研修室(月寒中央通7)。
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 9月11日・18日・25日、10月2日・9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講演会「エンディングノート〜いつか来る日」
人生最後のステージを迎えるための「エンディングノート」の書き方を専門家が分かりやすく講演します。
日時 9月13日(土)14時～16時。
会場 西岡図書館2階会議室。
定員・費用 40人。無料。
参加方法 当日、直接会場へお越しください。先着順。

③パネル展「遺言と相続」
相続、遺言書、葬儀、お墓に関する本を紹介します。
日時 9月11日(木)～23日(祝)。

④パネル展「蔵書一斉点検ってなあに？」
10月11日(土)から始まる蔵書一斉点検について紹介します。
日時 9月25日(木)～10月7日(火)。(休館日) 9月24日、10月8日のいずれも水曜日。
詳細 西岡図書館(西岡3-6) ☎(852)8111

区民センター図書室 秋を楽しむ映画会

「ローマの休日」を上映。
日時 10月7日(火)13時30分～15時30分。
会場 区民センター2階大ホール(平岸6-10)。
費用 無料。
参加方法 当日、直接会場へお越しください。
詳細 区民センター図書室 ☎(811)1030

ぶどう狩り体験ツアー

ぶどう狩り体験の後、ジンギスカンを食べます。
日時 10月4日(土)10時～16時。
会場 平尾園(余市郡仁木町東町8)。区民センター発着のバスで移動します。
対象 区内在住の小学1～6年生。
定員・費用 40人。2千980円。
申込 9月24日(水)・25日(木)の9時～17時に左記へ電話で。先着順。

詳細 札子連豊平区事務局(平岸6-10 区民センター内) ☎(812)7183

広告

福祉除雪協力員の募集

冬期間、高齢者や障がいのある方などの玄関先の除雪を行う、福祉除雪協力員を募集します。なお、福祉除雪のご利用方法については、本誌全市版26ページをご覧ください。
除雪期間12月1日(月)～来年3月25日(水)。

内容道路から玄関先までの通路部分を除雪します。

活動日時道路除雪が行われた日の午前中。

活動費1冬1世帯につき2万1千円。

申込10月14日(火)までの8時45分～17時15分に左記へ電話か直接窓口で。

詳細豊平区社会福祉協議会(平岸6-10 区民センター内)☎(815)2940



就職活動

スタートセミナー



セミナーと個別カウンセリングにより、就職や転職を目指す方の支援を行います。

日時9月19日(金)9時30分～12時30分。

会場区民センター3階第1会議室(平岸6-10)。

対象区内在住かお勤めで求職中の方(学生を除く)。

定員・費用24人。無料。

申込9月11日(木)から8時45分～17時に左記へ電話で。先着順。

詳細札幌市就業サポートセンター☎(708)8321

生活・就労支援センターとよひら出張相談会

仕事経験が少ないなど就労の事でお悩みの方や、病気や収入が不安定で生活に困り

スキップさっぽろ 就職支援説明会

職場実習などの就職支援内容を紹介する説明会。

日時10月14日(火)10時～11時。

会場区民センター3階第1会議室(平岸6-10)。

対象区内在住で正社員・フルタイムでの就職を目指す方。

費用無料。

申込10月10日(金)までの9時～17時に左記へ電話で。

詳細Skipさっぽろ事務局☎(798)4996

生ごみ堆肥化セミナー

生ごみを段ボール箱の中で堆肥にする方法を伝授。参加者全員に生ごみ堆肥化セットを無料プレゼント。

日時10月2日(木)13時30分～15時。

会場東月寒地区センター2階集会室(月寒東3-18)。

定員・費用50人。無料。

申込10月1日(木)までの10時～16時に下記へ電話(日・祝を除く)、または、住所・氏名・電

話番号および「10月2日東月寒地区センター開催分」と記載の上、ファクスか電子メールで。先着順。

詳細生ごみ堆肥化相談窓口

☎・FAX (621)5318
E:kitagami@alles.or.jp



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

国民健康保険料の夜間・休日納付相談

日時夜間 9月24日(水)・25日(木)のいずれも19時30分まで。休日 9月28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係・二係☎(822)2510

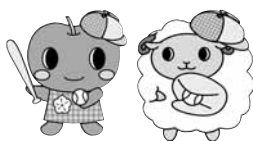


予告

11月1日(土) 豊平区×札幌ドーム共催イベント 「秋のスポーツバイキング2014」開催決定！ 詳細は10月号で！

札幌ドームで地元プロスポーツチームによるゲームコーナー、運動教室などが無料で楽しめます。

詳細は広報さっぽろ10月号や豊平区ホームページで順次公開していきます。



月寒公園パークライフな一日

ノルディックウォーキングやストレッチの講習などの楽しいプログラムのほか、シバザクラの無料配布を行います。

日時 9月21日(日)13時～16時。

※雨天時はシバザクラの無料配布のみ行います。

会場 月寒公園坂下野球場(美園10-8ほか)。

定員 シバザクラの無料配布は1,500ポット。1人3ポットまで。先着順。

詳細 市コールセンター ☎222-4894

豊平区体育館だより

平成26年10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
	yoga+ プラス		9時45分～11時20分		バドミントン中級		
	背骨コンディショニング	火	10時～11時30分		テニス入門～初級	木	9時～11時
	あへあほ足裏健康法		11時30分～13時		テニス初級	水	13時～15時
	生活習慣病予防体操		9時20分～10時50分		テニス初中級	火	13時～15時
	ヨガ	水	10時～11時30分			水	15時～17時
	ボディコントロール体操		10時～11時30分			木	13時～15時
	フラダンス		11時15分～12時30分	テニス中級	火	15時～17時	
	ピラティス	木	9時30分～10時40分		木	15時～17時	
	入門太極拳		11時～12時30分		金	13時～15時	
	ナイトピラティス		19時30分～20時45分	①	ママヨガ	金	13時～14時10分
	懐メロ体操	金	9時20分～10時50分	②	SHSFキッズフットサル	木	16時～17時
	リラックスヨガ		10時～11時30分	③	SHSFジュニアフットサル		17時10分～18時10分
	ずぼら健康体操		11時10分～12時40分	④	ジュニアショートテニス	月	16時～17時
	ズンバ	19時～20時15分	ジュニアテニス(硬式)		金	17時～18時	
	ナイトヨガ		19時30分～20時45分	⑤	Hip Hop(入門)A	水	16時30分～17時30分
	卓球入門	火	10時～12時	⑥	Hip Hop(入門)B		17時45分～18時45分
卓球初級	木	13時～15時	⑦	げんきキッズ(年少)	火	14時45分～15時45分	
卓球中級			⑧	げんきキッズ(年中・年長)		15時45分～16時45分	

①は0～6歳の未就学児と16歳以上の保護者、②、⑧は年中(平成21年4月2日～22年4月1日生)・年長(平成20年4月2日～21年4月1日生)、③は小1～6、④は小1～6で1年以上の経験者、⑤・⑥は年長～小6、⑦は3歳～年少(平成22年4月2日～23年4月1日生)。

◎10月のスポーツ教室

- ①卓球集中講座～(つつつき打ち)～(16歳以上、10/14～28の火曜日、全3回)。
- ②マンツーマン卓球・プライベート卓球(年齢・レベル不問、10/1～29(10/15を除く)の火・水曜日、1回完結)。
- ③マンツーマンテニス・プライベートテニス(年齢・レベル不問、10/2～30(10/9を除く)の木曜日、1回完結)。
- ④テニスクリニック～(レシーブ)～(16歳以上、中級、10/2～11/6(10/9を除く)の木曜日、全5回)。

申込期限 9/13(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。

抽選 9/14(日)の14時から。 ※9/22(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



とよひら 元気大作戦!!

9～10月
オータムステージ



美園りんごまつり

りんごみこし巡行、ビンゴゲーム、出店など楽しいメニューが盛りだくさんの催しです。環状通のリンゴ並木で収穫されたリンゴの無料配布もあります。

日時 9月23日(祝)10時～15時。

会場 美園中央公園

(美園6-5)。

詳細 美園まちづくりセンター ☎811-4119

区内のイベントを紹介している「元気大作戦イベントカレンダー」は、区役所や各まちづくりセンター、地下鉄駅、商店街のほか、町内会回覧板でもご覧いただけます。

詳細 区役所地域振興課 ☎822-2427

ニュー NEW楽しもう会～なかのしまオータムフェスタ～

野菜即売会、模擬店、抽選会など幅広い年代が一緒に楽しめる催しです。

日時 9月21日(日)10時。

会場 中の島かわら公園(中の島2-3)。

詳細 中の島まちづくりセンター ☎821-5841



健康フェア

健康測定、食生活改善のための展示や試食、体験コーナーなど、健康について楽しみながら考える催しです。

～とよひら～

日時 9月28日(日)13時～16時。

会場 豊平会館(豊平6-7)。

詳細 豊平まちづくりセンター ☎811-9435

～東月寒～

日時 10月4日(土)13時～16時。

会場 東月寒地区センター

(月寒東3-18)。

詳細 東月寒まちづくりセンター ☎853-9191

親子ふれあいコンサート

月寒地区の小・中・高校合わせて6校、7団体が参加する、親子で楽しめる演奏会です。

日時 9月28日(日)13時30分。

会場 月寒公民館(月寒中央通7)。

詳細 月寒まちづくりセンター ☎852-9288

とよひらおもしろひろば

あそびコーナーや飲食屋台、フリーマーケット、ステージイベントなど子どもたちが楽しめる催しです。

日時 10月5日(日)10時30分～15時。

会場 豊陵公園(豊平6-3)。

詳細 豊平商店街振興組合 ☎822-8836

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 教 受 講 料 材 費	対象・申込方法など
区民センター (平岸6-10) ☎812-7181	①自然ウォッチング・秋 (全4回)	火	10/7～28 10時～12時	15人	受 2,500円	対象 ①～④は市内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)、⑤は区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 9/11(木)～18(木)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
	②つくって楽しいパン講座 (全2回)	木	10/9・16 10時～13時	16人	受 1,800円 教 1,500円	
	③パソコンはじめての一步講座 ウィンドウズ8編 (全6回)	水・木・金	10/15～24 10時～12時	20人	受 3,800円 教 1,700円	
	④ウィンドウズ8乗り換え講座 (全6回)	水・木・金	10/15～24 13時30分～15時30分	20人	受 3,800円 教 1,700円	
	⑤豊平区のリンゴでジャムとタルト作り (全1回)	木	10/30 10時～13時	16人	受 1,300円	
東月寒地区センター (月寒東3-18) ☎853-2011	①ミニバレー大会 (全1回)	水	9/17 9時～14時30分	40人	受 300円	対象 ①、③、④は区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)、②は区内在住の1～3歳の幼児と保護者。 申込 ①は9/1(月)～12(金)、②は9/11(木)～17(木)、③は9/15(祝)～23(祝)、④は9/22(月)～30(火)の9時～17時に、①、③、④は直接窓口で。②は電話か直接窓口で。
	②親子ビクス&親子リンパマッサージ (全1回)	木	9/18 10時30分～11時30分	—	受 無料	
	③パソコン講座(エクセル初級) (全6回)	火・木	9/30～10/21 10時～12時 ※10/9は除く	12人	受 4,000円 教 1,050円	
	④ブレンダンの英会話講座 (全6回)	水	10/1～11/5 19時～20時	20人	受 5,000円 教 1,000円	

※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。



住民集団健康診査（予約不要）

11月まで、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	9/17(水)	9時30分～11時	月寒公民館	月寒中央通7-8-19
	9/24(水)	13時30分～15時	月寒五区会館	月寒東1-10-4-100
平 岸	9/17(水)	13時30分～15時	新木の花団地集会所	平 岸1-4-3-3
	10/10(金)	13時30分～15時	平岸会館	平 岸2-7-2-5
東月寒	9/24(水)・25(木)	9時～11時	東月寒白樺会館	月寒東4-18-7-6
	9/29(月)	9時～11時	東月寒会館	月寒東2-19-4-11
	10/9(木)・10(金)	9時～11時	東月寒地区センター	月寒東3-18-5-1
美 園	9/25(木)	13時30分～15時	美園会館	美 園6-5-4-1
豊 平	9/29(月)	13時30分～14時30分	豊平橋南集会所	豊 平5-2-1-1
中の島	10/9(木)	13時30分～15時	中の島第三区会館	中の島2-10-5-23

種 類	対象者・検査項目	費 用	持参書類など
特 定 健康診査	40～74歳が対象（後期高齢者医療制度加入者を除く）。 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）、尿検査、血圧測定。	・札幌市国保の方 受診券をご確認ください。 ・札幌市国保以外の方 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。 ・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。水は飲んでも構いません。
後期高齢者 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）。 特定健康診査と同じ（腹囲を除く）。	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。	・氏名、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。	無料。	

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 ☎822-2472

毒キノコによる 食中毒に注意！

知らないキノコは「採らない」「食べない」「人にあげない」ことが大切です。確実に食べられるキノコだけを採るようにしましょう。

採ったキノコは調理前に再度食べられるかを確認し、十分に加熱調理しましょう。



詳細 保健センター健康・子ども課生活衛生係 ☎822-2478

豊平消防署からのお知らせ

9月9日は「救急の日」

9月7日～13日は「救急医療週間」

～本当に必要か考えてみましょう～

救急車は限りある資源です。救急車の適正利用についてご協力をお願いします。救急車が病院を受診すべきか迷った時は救急安心センターにご相談ください。

救急安心センター電話番号 **#7119**

24時間365日

看護師が相談に対応します

※ダイヤル回線、一部IP電話の方は

☎272-7119におかけください

～救急車到着までの間、救えるのはあなたです～
ぜひ、応急手当講習を受講してください！

講習に関する問い合わせ先 豊平消防署 ☎852-2100