



区民の
ページ

2014年
11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 さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
「東区情報ひろば タッピー通信」 毎週水曜日10時30分～40分
「タッピー通信い〜すトリー」 毎月第4土曜日13時15分～29分

平成26年10月1日現在の人口・世帯数
国勢調査ベース
人口：259,508人 (前月比-18)
世帯数：124,888世帯 (前月比+100)

ひがしくアルバム

第4回たまねぎフェスタ



9月27日(土)・28日(日)
～サッポロさとらんど～

タマネギの歴史パネル展やタマネギ重量当てなどのゲーム大会のほか、札幌黄を使ったスープや豚丼などの販売が行われ、多くの来場者でにぎわいました。



男女共同参画推進事業講演会

たまねぎキャンペーン



10月5日(日)
～東区民センター～

リレハンメルオリンピック金メダリストの阿部雅司氏が講演を行い、獲得した金メダルや現役時代に使用したスキーやユニホームが展示され、多くの区民が来場しました。

10月15日(水)
～地下鉄栄町駅交差点～

栄東地区の住民や近隣保育園の園児らが参加し、歩行者やドライバーに東区の特産品のタマネギを配布して交通安全を呼び掛けました。



あそびにいこう!



東区KOKOにあるよ★子育てサロン

子どもと一緒に遊びに行きたい、子育ての仲間が欲しい、育児について聞いてみたいことがある。そんなときは、子育てサロンへ出掛けてみませんか？

詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎712-6331

子育てサロンってどんなところ？

就学前のお子さんと保護者、妊婦の方、子育てボランティアに興味のある方などが、自由に集い、楽しく交流できる場です。申し込みは必要ありません。お気軽にご参加ください。



東区では…

地域の会館や小学校、児童会館など全39カ所で開催しています。雪が降っても元気いっぱい室内で遊べます。



東区子育てサロン
キャラクター



ココちゃん サロンくん

子育てサロンは こんなところ！

子育てサロン「つぼみ」 (北栄地区社会福祉協議会主催)

毎月第3火曜日の10時～11時30分に北園小学校（北25東4）3階多目的室で開催しています。

参加者から



坂本 久美子さん
葉々子ちゃん（3歳）

初めて来た時はドキドキしましたが、子どもが地域の方や小学生と遊べて、保護者同士の情報交換もできるので、とても楽しく、毎回来ています。



学校の休み時間には小学生のお兄さんお姉さんたちと交流も！



子育てサロン「つぼみ」の皆さんから



お誕生会をしたり、北園小学校4年生と触れ合ったり、楽しいですよ。お子さんも保護者の方も、初めてでもすぐに仲良くなれる雰囲気ですので、お気軽にお越しください。



音楽に合わせて親子で楽しくストレッチ



今すぐチェック! 子育てサロン情報

今日遊べる、近くの子育て
サロンを見つけて出掛けよう!

子育て情報室 「タッピールーム」



地図を見ながら近所の子育てサ
ロンをご紹介します。

絵本の貸し出しや手作りおもちゃの作り方紹介、保育士に
よる子育て相談も行っていますので、健診の帰りなど、お
気軽にお立ち寄りください!

住所：北10東7 東保健センター 1階

☎712-6331

東区民ホームページ 「子育て情報室・子育てサロン」

東区民ホームページ内で、東区の子育てサロンの開催日程
や会場、今日遊べる子育てサロンなどの情報をお知らせし
ています。

http://www.city.sapporo.jp/higashi/toiawase/ko_salon.html

札幌東区 子育てサロン

検索

東区の子育てサロン情報 「KOKOさろん」

東区の子育てサロンの開
催日程や会場、子育て講
座などの情報を紹介する
リーフレットです。

東保健センターや東区役
所、児童会館などで配布
中です。



申し込み不要
参加費無料

KOKOさろん秋フェスタ in アリオ札幌

★子育てを応援する情報いっぱいの大好評イベント第2弾★
東区内全39カ所の「子育てサロン」を一挙に紹介!
子育てボランティアに興味のある方も大歓迎です!



日時 11月12日(水)
11月13日(木)
10時30分～15時30分
会場 アリオ札幌 (北7東9)
1階ハーベストコート イベント広場

- ・子育てサロンパネル展示
- ・子育て情報スペース
「ミニタッピールーム」
- ・子育てボランティアと遊ぼう!
体験「子育てサロン」
- ・記念撮影コーナー



おたのしみステージもあります。
皆様のご来場を
お待ちしております♪



前回参加者の声



家の近くの子育てサロンがどこに
あるのか分かってよかった!

どんなところか体験できたの
で、次回の子育てサロンに参
加してみたい!





東区マスコットキャラクター「タッピー」

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
- 11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

ロビーコンサート

東区民センターロビーでジャズのコンサートを楽しまませんか。
日時 11月17日(月) 12時15分〜45分

会場 東区民センター。
出演 遠藤雅美 (ボーカル)、齊藤桃子 (ピアノ、コーラス)、本間洋佑 (コントラバス)。
曲名 「飛」
「愛燦燦」
「涙」ほか。
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



胃がん・大腸がん検診

日時 11月17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。

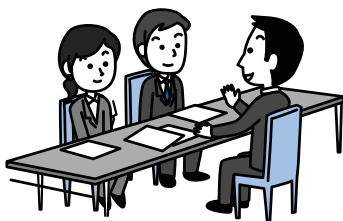
費用 胃がん700円、大腸がん400円 (70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者、生活保護受給世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯の方は無料です。各種証明書をお持ちください)。
申込 11月12日(水)までに、電話または直接窓口で申し込

その他

胃がん検診は検診車(大型バス)でバリウムをX線撮影、大腸がん検診は採便セットを用いた便潜血検査です。
詳細健康・子ども課 推進係 ☎(711) 3211

就職活動スタートセミナー (あいワークキャラバン東区)

日時 11月21日(金) 9時30分〜12時30分。
会場 東区民センター別館 村川ビル2階集会室A。
内容 セミナーと個別カウンセリングにより、就職を目指す方の支援を行います。
希望者には13時30分から一人ずつ就職相談に応じます。
対象 東区にお住まいかお勤めで求職活動中の方。
費用・定員 無料。24人(先着)。
申込 11月11日(火)から電話で申し込み。
詳細 札幌市就業サポートセンター ☎(708) 8321



第2回 冬の健康づくり教室

雪に負けない体を作りましょう。
日時 12月16日(火) 10時〜12時。
会場 東区民センター2階大ホール。
内容 糖尿病や風邪予防についての講話、室内で簡単にできる筋力アップのための運動実践。
対象 東区にお住まいで、軽い運動ができる40歳以上の方。
費用・定員 無料。100人(先着)。
持ち物 タオル、飲み物。動きやすい服装と外靴。
申込 11月28日(金)〜12月11日(木)に市コールセンター ☎(222) 4894、FAX ☎(221) 4894で申し込み。
詳細 健康子ども課 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

児童会館 <http://www.syaa.jp/>



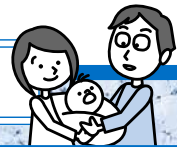
- ひなぼんフェスティバル2014
ゲームやたべものコーナーなど会館のお祭りです。(東苗穂・12/6(土)13時30分〜16時)
- ひばまつり
遊びコーナーやバザーなど会館のお祭りです。(丘珠ひばり・12/6(土)13時30分〜16時)

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	札苗	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		



子育て情報掲示板



両親教室

初めての赤ちゃんを迎えるご夫婦が対象です。お父さんも実習を通して、赤ちゃんのお世話について学んでみませんか？

- 日時** 11月21日(金)19時～20時30分
(受け付けは18時30分から)。
- 会場** 東保健センター。
- 対象** 平成27年2月～4月に初めて出産予定の夫婦。
- 費用・定員** 無料。45組(先着)。
- 申込** 受付中。11月14日(金)までに市コールセンター☎222-4894へ申し込み。
- 詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211

ブレマクッキング

調理実習を通して、妊娠・授乳期の食事を楽しく学んでみませんか？

- 日時** 11月25日(木)10時～13時。
- 会場** 東保健センター2階。
- 対象** 初めて出産される妊婦の方。
- 費用・定員** 無料。15人(先着)。
- 申込** 11月11日(火)～17日(月)に電話で申し込み。
- 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

■サンデーサロン

- 日時** 11月23日(祝)10時～12時。
- 対象** 就学前のお子さんと保護者。
- 費用** 無料。
- 申込** 当日、直接会場へ。



■食育 ～乳幼児のおやつ～

- 日時** 12月3日(水)14時～14時45分。
- 対象** 0歳～就学前の親子。
- 費用・定員** 無料。10組(先着順)。
- 申込** 11月19日(水)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)

第5回東区食育フェア「かるたde食育、大集合！」

～楽しみながら『食』について学びませんか～

- 日時** 12月6日(土)13時～15時。
- 会場** アリオ札幌(北7東9)1階ハーベストコート。
- 内容** 食育川柳かるた大会(参加者に粗品進呈)、食育川柳かるたビデオ放映、試食コーナー、パネル展示、資料・レシピ配布、タッピーと記念撮影。



ステージ発表

- ・食育川柳かるた発表。
 - ・天使大学学生による食育ステージ。
- ※アンケートご協力者に「タマネギ」をプレゼント(先着300人)。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



栄町駅交通広場がオープンします。

公共交通の利便性向上と周辺道路の歩行環境改善を目的として、バス待合所と駐輪場(自転車と50cc以下の原動機付自転車が利用可能)からなる栄町駅交通広場が12月1日(月)にオープンします。

これに伴い、栄町駅4番バスのりば(北海道中央バス(株))と丘珠空港行連絡バスのりば(北都交通(株))が栄町駅交通広場に移動します(位置図を参照)。



【完成イメージ】



■栄町駅交通広場

【場 所】北42東17

【内 容】バス待合所および駐輪場

【駐輪台数】460台

【詳 細】建設局土木部道路課 ☎211-2617

【位置図】



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

〔申込〕①詳細は区民センター図書室(☎742-8112)まで。
 ②申込期間の10時~17時に電話または直接窓口で申し込み。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①なつかしの映画会	11/15(土)14時~15時45分	無料	直接会場 30人	上映作品:「第三の男」
②人気おそば屋に教わる 入門手打ちそば講座	11/29(土)10時~13時	受講料 1,000円 教材費 1,200円	要申込 先着 20人	11/11(火)~

広告



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

〔申込〕①申込日の10時から電話または窓口で受け付け。②窓口で前売り券を販売。③申込日の10時から17時まで電話または窓口で受け付け。翌日9時に受講者を決定。受講が決定した方のみ電話で通知。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〕**足もみ健康法冷え対策編（12/11木）**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
①パソコン座学講座 「インターネット安全教室」	12/4(木)10時～12時	無料	要申込 先着 12人	11/12(水)～ ※パソコン操作の実践はありません
②年忘れ苗穂・本町らくご会 柳家三之助独演会	12/13(土)14時～ (開場13時30分)	入場料 800円	要申込 60人	11/11(火)～
③雪印メグミルクさんのチーズセミナー チーズを美味しく楽しむ会	12/19(金)10時～12時	教材費 500円	要申込 抽選 10人	11/19(水) ※ワインの試飲あり

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申込期間の9時～17時に直接窓口または電話で受け付け。②申込日の9時10分～20分に窓口で整理券を配付。定員を超えた場合即時抽選・決定。定員に満たなかった場合は、以降、先着順に受け付け。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
絵本の読み聞かせの会	11/12、19、26、12/3、10(水) 15時～16時	無料	直接会場	〔対象〕幼児以上 ※幼児は保護者同伴
①生ゴミ堆肥化セミナー	11/27(木) 13時30分～15時30分	無料	要申込 先着 15人	11/13(木)～
②お正月料理教室 ～手間いらずのおせち～	12/5(金) 9時30分～12時30分	受講料 800円 教材費 1,200円	要申込 抽選 12人	11/21(金)

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

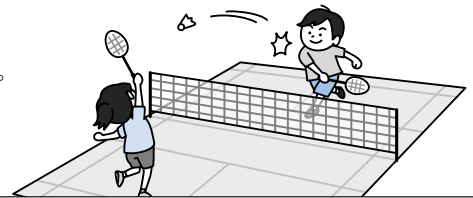
〔その他〕**おもちゃの無料修理（11/19(水)13時～16時）**を開催します。詳細はお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
本の読み聞かせ	11/21(金)、12/6(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

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

■東区少年少女バドミントン大会参加者募集

日時 12/14(日)9時～15時（8時45分受付開始）。
対象 東区にお住まいか、東区内でバドミントンのクラブ・サークル活動をしている小学生。
※全国大会経験者および今年度出場予定者は出場できません。
費用・定員 1人1,030円。100人（先着順）。
申込 11/12(水)～18(火)9時～20時に、参加料を添えて直接窓口で申し込み。
その他 詳細は東区体育館までお問い合わせください。



■1月開講スポーツ教室受講生募集

〔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。日時、受講料などの詳細については、東区体育館にお問い合わせください。
※受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります（一般390円、高齢者（65歳以上）130円、高校生230円）。

対象	募集内容・教室名	申込日（期間）・備考
一般男女（16歳以上）	【フィットネス系】 ナイトヨガ、リズム体操、健美操、スッキリ体幹体操など 【球技系】 卓球（入門～上級）、バドミントン（初級～中級）、テニス（初級～中級）、ゴルフ	12/1(月)～7(日)
小学1～6年	【小学1～6年】 少年少女バドミントン、少年少女テニス、【小学2～4年】 少年少女ミニバスケットボール 【小学3～6年】 少年少女ソフトテニス、少年少女卓球	

広告



えほんの会「とんとん」
ボランティアスタッフ募集中
活動日：毎月第1～第4金曜日
9時45分～11時
詳細：健康・子ども課健やか推進係
☎711-3211



健診の待ち時間に絵本の読み聞かせをする高橋さん



えほんの会「とんとん」読み聞かせボランティア **高橋 由**さん

「絵本を読み終わった後、赤ちゃんが見せる天使の笑顔がかわいいです。また、他のスタッフやお母さんたちからいろいろな話を聞けて、人の関わりが増えました。この活動を通じ、子どもたちが絵本のことを好きになってくれればうれしいです」と笑顔で語る高橋さん、今後も、親子と絵本をつなぐ懸け橋のような活動に期待します。

「とんとん」では、10カ月健診の待ち時間に絵本の読み聞かせを行い、赤ちゃんとお母さんとの出会いのお手伝いや、絵本の修理、消毒などを行っています。



絵本と触れ合う
きっかけを

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、えほんの会「とんとん」読み聞かせボランティアの高橋由さんを紹介합니다。

教えて！
タッピー

冬に向けて、ノロウイルスが心配です。

これからの時期、注意が必要なノロウイルス感染の予防方法などを紹介します。



ノロウイルス感染予防方法

■手洗いが最大の予防方法です

帰宅後、調理前、食事前、トイレの後、おむつ交換の後などはしっかり手洗いをしましょう。



■食材はしっかり加熱します

食材の中心部まで十分に（85～90度で90秒以上）加熱します。食材の鮮度は関係ありません。

■調理器具はよく洗い、消毒します

十分に洗った後、熱湯（85度以上）で1分以上加熱するほか、塩素系漂白剤（0.02%）で消毒しましょう。アルコール消毒はノロウイルスにはあまり効果が期待できません。

■感染者からの感染を予防します

便や、嘔吐物を処理するときは、使い捨てのマスクと手袋を着用し、汚れた場所は塩素系漂白剤（0.1%）で消毒しましょう。

詳細：健康・子ども課生活衛生係 ☎711-3213

ノロウイルスにご注意を!!

- ノロウイルスはとても小さく、非常に感染力の強いウイルスです。
- 感染してから24～48時間後に嘔吐・腹痛・下痢・発熱などの症状が現れます。
- 感染力が強いため、家族など身近な人が発症すると、周りの人にうつしてしまうことがあります。
- ノロウイルス食中毒は通年で注意が必要ですが、特に11～3月に多く発生しています。

広告

