



【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 [ようこそひがしく](http://www.city.sapporo.jp/higashi/)   
<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27年3月1日現在の人口・世帯数  
 国勢調査ベース  
 人口：259,898人 (前月比+109)  
 世帯数：125,110世帯 (前月比+37)

ウォーム  
シェア



# ひがしくアルバム

## 歌声サロン



2月20日(金)～モエレ交流センター～  
 50人の参加者が、アコーディオンの演奏に合わせて手  
 や足で拍子を取りながら昭和の歌謡曲などを歌い、演奏  
 が終わるたびに会場は大きな拍手に包まれました。

## 男性料理教室



3月10日(火)～東区民センター～  
 苗穂東地区の男性14人が、和やかな雰囲気の中、協力  
 し合いながら芋だんご汁、麦入りごはんなど4品を調理  
 しました。

## あったか介護予防セミナー



3月1日(日)～東区民センター～  
 毒舌でおなじみの毒蝮三太夫氏の講演、「早口言葉」や「介  
 護予防じゃんけん」などのプログラムが用意され、約250人  
 の区民が楽しく介護予防を学びました。



# 楽しいがいっぱい! 児童会館にみんな集まれ!



児童会館は、地域の子どもたちの遊び場として自由に利用でき、さまざまな行事や活動を通して子どもたちが有意義な校外生活を送れるよう、指導・援助しています。

今月は、いつも子どもたちの笑顔でいっぱいの子ども会館についてご紹介します。

詳細 (公財) さっぽろ青少年女性活動協会 ☎671-4121  
子ども未来局子ども育成部子ども企画課 ☎211-2982

## 児童会館

(おおむね1中学校区に1館設置)

0歳～18歳の子どもたち

8:45～18:00

中・高校生の夜間利用日(週2回)  
中学生19:00、高校生21:00まで

日・祝日、休日、  
年末年始(12月29日～1月3日)

東区内には、児童会館13館(本誌東区版6ページ参照)、ミニ児童会館13館があります。

利用対象

開館時間

休館日

## ミニ児童会館

(小学校の余裕教室などに設置)

設置されている小学校区  
に住んでいる小学生

通学日 放課後～18:00  
学校休業日 8:45～18:00

児童会館と同じ



## 児童会館の一日



午前

午後

夜間

### 子育てサロン

(ミニ児童会館と一部の児童会館を除く)

～乳幼児と保護者のために～

0歳から就学前までの乳幼児と保護者が自由に集い、親子同士のつながりや地域のボランティアとの交流を通して、安心して育児ができる環境を提供しています。

※週1～3回の実施、日時は会館ごとに異なります。実施日以外も、親子で自由に利用できます。



### 自由来館

～全ての子どもたちのために～

年齢の違う子ども同士での遊びや行事などの体験活動を通して、子どもたちの健やかな成長を促します。小・中学生で、授業のある日は一度帰宅してから利用します。※ミニ児童会館は直接来館もできます。

### 児童クラブ

～留守家庭の子どもたちのために～

保護者が働いているなどの理由で、放課後に留守家庭となる小学生が対象です。子どもたちは、授業終了後、帰宅せず直接来館します。

※要申し込み  
開設時間：下校後～19:00  
(学校休業日は8:00から)



### ふりーたいむ

(ミニ児童会館を除く)

～中・高校生のために～

中・高校生が楽しく主体的に過ごすように、週2回、夜間に専用の利用日を設定しています(中学校の長期休業期間を除く)。

利用時間：18時～21時

(中学生は19時まで)

活動例

- ・バスケットボール
- ・ダンス
- ・バンド練習
- ・読書
- ・勉強
- ・おしゃべり
- ・クッキング



# みんなで取り組もう！体験活動

## 子ども運営委員会

楽しく過ごすことができる場所づくりを目指して、子どもたちが自ら行事の企画・運営や児童会館のルール作りなどを行っています。さまざまな経験を通して、子どもたち一人一人の自主性や積極性を育てています。

今度のお祭りではボウリングゲームをしよう！



## クラブ活動

継続したグループ活動を通して、子ども同士が協力し、楽しみながら目標を達成することで、仲間づくりや子どもたちの成長を支援しています。



ダブルダッチクラブの様子

ほかにも、クッキングや東区内の児童会館合同で開催する「東区児童会館まつり」など、さまざまな体験活動を行っています。



楽しそうな活動がいっぱい！  
いろいろなことを学べそうだね♪



## こんな取り組みも！

### タッピーファーム

～栄西児童会館～

4月～10月に、田植えや畑作業、収穫を体験し、食物を育てることの楽しさと大変さ、収穫の喜びを味わっています。



### 元町児童会館撮影隊

児童から「映像制作をしたい」という声上がり、ビデオ撮影活動を開始。元町児童会館のプロモーションビデオを制作しました。



## 今年20周年を迎える、北栄児童会館の様子をご紹介します！



プレイルームでは、思い思いの遊びを楽しんでいます！



図書室には本がいっぱい！  
みんな真剣に読んでいます。



子ども運営委員会リーダー  
もとだ はるか  
元田 陽香ちゃん（4年生）

子ども運営委員会で、みんなで行事のことを考えたり、準備したりするのが楽しいです。月に一回、児童会館のことを話し合う、ほくほくプロジェクトで司会をやっているの、人前で話すことにも慣れました。児童会館は、一人で来ても楽しいことがいっぱい、自分がやりたいことが必ず見つかるよ！



体育館では、元気にバスケットボールで遊んでいます！

北栄児童会館では、クラブ活動に力を入れていて、昨年度はダブルダッチと演劇を行いました。

児童会館は、いろいろな年齢の子と一緒に遊べることと、遊びを選べるのが魅力です。今まで来たことのないお友達も、楽しいことがいっぱいの児童会館に、ぜひ来てくださいね！



北栄児童会館 伊藤 有希 館長（中央）





**東区役所関連**

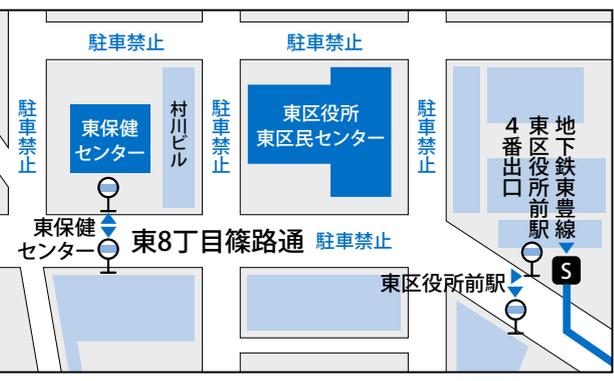
- 東区役所 (北11東7) ☎741-2400
  - 東区土木センター (北33東18) ☎781-3521
  - 東保健センター (北10東7) ☎711-3211
  - 北部市税事務所 (中央区北4西5アスティ45 9階) ☎207-3912
  - 東消防署 (北24東17) ☎781-2100
  - 東清掃事務所 (丘珠町873-1) ☎781-6653
- 4月11日からの内容を掲載しています

**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**  
マリンバのコンサートを楽しませんか。  
日時 4月20日(月)12時15分〜12時45分。

**区役所、保健センターには公共交通機関で**  
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。  
お越しの際は公共交通機関をご利用くださいますよう、ご協力をお願いいたします。  
なお、周辺の道路は駐車禁止ですので、路上駐車はおやめください。  
詳細総務企画課庶務係☎(741)2409



地下鉄東豊線  
東区役所前駅  
4番出口

**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

**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。

**冒がん・大腸がん検診**  
日時 4月20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 4月15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

**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

会場 東区民センター1階ロビー。  
出演 手島慶子(マリンバ)、泉谷さとみ(ピアノ)。  
曲名 「情熱大陸」、「ワイルドスタリオンス」、「冷静と情熱のあいだ」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

**犬の登録と狂犬病の予防注射を受けましょう**

登録手数料3,200円、注射費用2,560円、注射済票交付手数料700円が掛かります。詳しくは本誌26頁をご覧ください。  
詳細 動物管理センター ☎736-6134

動物病院名	所在地	電話番号
アテナ動物病院アリオ札幌	北7条東9丁目アリオモール内	733-7313
伊藤ペットカウンセリング	北12条東2丁目3-16	711-9319
北愛動物病院(札幌)	北12条東13丁目2-10	704-8311
北光犬猫病院	北14条東2丁目2-15	711-2477
中の道動物病院	北17条東7丁目2-22	722-3456
さっぽろ元町動物病院	北23条東18丁目4-10	786-1717
アルブル動物病院	北27条東1丁目1-22	704-5012
湯山動物病院	北31条東16丁目4-1	785-9756
まえたに動物病院(東豊)	北32条東12丁目1-10	721-8228
新道東どうぶつ病院	北34条東9丁目1-22	742-1122
アルファどうぶつ病院	北34条東16丁目1-22	783-1823

動物病院名	所在地	電話番号
さくら犬猫病院	北36条東22丁目5-7	787-7000
星野獣医科病院	北40条東5丁目1-1	753-4916
東麻生どうぶつ病院	北42条東1丁目5-30	711-3339
三上ペットクリニック	北48条東18丁目1-22	782-9808
百合が原動物病院	北51条東15丁目4-17	742-7203
かりきアニマルクリニック	東苗穂9条3丁目10-1	299-1205
もえれ動物病院	東苗穂10条2丁目11-16	211-8188
もりや動物病院	東苗穂12条3丁目17-1	791-7056
みかどペット病院	伏古9条2丁目5-10	781-7717
えとう動物病院	本町1条3丁目9-13	787-2633

※休診日・診療時間は各病院に電話などでご確認ください。

ジュニアリーダー  
研修生募集

区内の小学生～高校生が一  
緒に活動し、人と協力する大  
切さや思いやり、自主性など  
を育てます。

研修会年5回予定（3回日帰  
り・夏・

冬キャン  
プ1泊2  
日）。



会場 東区  
民センター  
ほか。

対象 東区にお住まいの小学  
5・6年生。

費用 宿泊キャンプ3千円程度。  
日帰り研修は実費が掛かる場  
合あり。子ども会安全共済会  
への加入が必要。

詳細（公社）札幌市子ども会  
育成連合会東区支部事務局  
（742）5515（受付時間10  
時30分～16時）。

4月は東区民総ぐるみの

「あいさつ・声かけ運動」重点推進月間です。

元気に  
あいさつ  
しましょう!



【あいさつ・声かけ運動標語】

- ・ご近所で、あいさつ、声かけ、助け合い
- ・声かけから始めよう 安全なまち
- ・あいさつ・声かけ・助け合い 心が通うまちづくり

詳細 あいさつ声かけ運動推進本部事務局  
（東区役所総務企画課内） ☎741-2409

子育て情報掲示板



東苗穂児童会館で週3回子育てサロンを開催します。

地域の子育て家庭の交流の場を拡大し、支援するため、市が指定する場所  
で週3回以上開催する「常設の子育てサロン」が増えました。

施設名	所在地	開催曜日	開催時間
東苗穂児童会館	東苗穂5-2 ☎786-3191	水(木)金	9時～12時

※子育てサロンは学校の長期休業中は休みの場合がありますので、お問い合わせください。

詳細 ちあふる・ひがし（北9東7） ☎711-7807

子育て講座

①初めてのトイレトレーニング

日時 4月28日(火)10時～10時45分。  
会場 ちあふる・ひがし。  
対象 1歳半～就学前のお子さんと保護者。  
講師 ちあふる・ひがし保育士。  
費用・定員 無料。15組（先着）。



②ママのためのリフレッシュ ヨガ

日時 5月21日(木)10時～11時30分。  
会場 東区役所3階「第2会議室」。  
対象 就学前のお子さんの保護者。  
講師 鈴木 美穂氏（ヨガインストラクター）。  
費用・定員 無料。20人（先着）。



託児あり

申込 ①4月14日(火)、②4月16日(木)9時から電話で申し込み。  
健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331

※ちあふる・ひがしでは、サンデーサロン（4月26日(日)）も開催します。





## 専門の相談員に無料で相談できます ～区役所相談コーナー～

区役所1階の相談コーナーでは、専門の相談員が無料で相談に応じます。お気軽にご利用ください。(詳細：総務企画課広聴係 ☎741-2414)

相談名	相談時間	相談方法
法律相談(予約制)	第2・第4月曜日。当日9時から電話で予約(☎741-2424)。先着8人。相談は午後から。	面談のみ
司法書士相談	第1・第3火曜日。13時～16時。	面談のみ
家庭生活相談	毎週火・木・金曜日。10時～12時、13時～16時。	面談・電話
交通事故相談	第1・第3水曜日。9時30分～12時15分、13時～16時。	面談・電話
行政相談	毎週月曜日。13時～16時。	面談・電話
職業相談	月～金曜日。8時45分～17時。(1階『あいワーク東』)※求人情報提供 端末でハローワーク求人の検索ができ、紹介状も発行できます。	面談・求人検索

### 児童会館 <http://www.syaa.jp/>

#### ○サロンサタデー

乳幼児と保護者の集い  
(ひのまる・4/25(土)10時～11時30分)

#### ○新1年生歓迎会

新1年生を交えたレクリエーションゲームなど  
(丘珠ひばり・4/30(木)14時～15時30分)

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	

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

東区民センター

検索 クリック!

[申込] 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
プランターで野菜づくり	5/13(水)14時～16時	無料	<b>要申込</b> <b>先着</b> 20人	4/13(月)から

#### 元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841

元町図書館

検索 クリック!

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
おもちゃクリニック	4/15(水)13時～16時	無料	<b>直接会場</b>	修理が必要なおもちゃを持参(部品交換は実費負担)
本の読み聞かせ	4/17(金)、5/2(土) 11時～12時	無料	<b>直接会場</b>	[対象] 幼児以上 ※幼児は保護者同伴
こども映画会 「はらぺこあおむし」ほか	5/2(土) ①10時～11時 ②15時～16時	無料	<b>直接会場</b>	[備考] アニメの上映

広告

新入学児童の通学が始まります。登下校時間帯のスクールゾーン、公園の近く、交差点では安全運転を心掛けましょう。



**栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005**

〔申込〕①②申込日の9時～17時に電話で申し込み。翌日抽選。結果は電話で通知します。  
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）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
乳幼児の読み聞かせの会	4/14(火)11時～12時	無料	<input type="button" value="直接会場"/>	〔対象〕乳幼児とその保護者
お話の扉（朗読） 「鹿踊りのはじまり」ほか	4/25(土)11時～12時	無料	<input type="button" value="直接会場"/>	〔対象〕小学生以上
①おててで話そう はじめてのベビーサイン	6/2・16・30(火)（全3回） 10時30分～12時	受講料 2,000円	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="抽選"/> 12組	5/7(木) 〔対象〕6カ月～1歳半の赤ちゃんとその母親
②みて きて ふれて たのしんで はじめよう♪ミュージックベル	6/11・25・7/9・23(木) （全4回） 10時～12時	受講料 2,500円 教材費 200円	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="抽選"/> 12人	5/7(木) 〔備考〕ミュージックベルは ハンドベルより軽いベルです

**苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833**

〔申込〕①②④申込日の10時から電話または窓口で申し込み。③申込日の10時～17時に電話または直接窓口で申し込み。翌日抽選。結果は電話で通知します。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〕「たのしいお話し会（4/23(木)）」を開催。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ベビーとママのリズム遊び	5/21・6/11・7/9(木)（全3回） 10時30分～11時20分	受講料 500円	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="先着"/> 15組 30人	4/22(水)から 〔対象〕6カ月～3歳のお子さん と保護者
②若石式足もみ健康法（その2） ～ストレス・トラブル解消～	5/28(木)13時30分～15時30分	受講料 800円	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="先着"/> 15人	4/24(金)から
③小学生から大人までヴァイオリン講座 ～いろいろな曲を弾いてみよう!!～	6/1・8・22・29・7/13(月) （全5回）16時～17時	受講料 2,500円	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="抽選"/> 10人	4/22(水) 〔対象〕楽器に触れた経験がある 小学生以上
④いきいき元気フェスタ （体力測定、脳トレ、各種相談コーナーほか）	6/9(火)13時30分から （開場13時）	無料 ※一部有料あり	<input type="button" value="要申込"/>	5/1(金)から 〔備考〕一部測定コーナーに 人数制限あり

**ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323**

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	4/15、22(水)15時～16時	無料	<input type="button" value="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**

■5月開講スポーツ講習会受講生を募集します。  
〔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。  
※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）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
グループテニスA、B 一般男女（16歳以上）	5/13～6/10(水)（全5回） A：9時20分～10時50分 B：11時～12時30分	お問い合わせ ください	<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="抽選"/> 各1組	〔申込〕4/10(金)～17(金) 〔対象〕4～6人のグループ
東区わくわくスポーツ倶楽部	5月～12月（全30回） 16時30分～18時 ※種目により時間の変更あり		<input type="button" value="要申込"/> <input type="button" value="抽選"/> 30人	〔申込〕4/10(金)～17(金) 〔対象〕小学1～3年生

広告





あざざりそう  
朝霧草の道ボランティア 西野 利彦 さん



写真 ①花壇に植えられた朝霧草。平成22年には札幌市から「ます花壇優良制作者」として表彰されました。  
②作業をする西野さん

「朝霧草の道」をせむくくつてきたら、  
全体の完成は2年後の予定とのこと。さくらんどう通を通行する際には

花壇で作業をしていると、通り掛かる人から、励ましやきれいな花壇ですねと言葉を掛けてもらったり、近くに住む男性が草根を回収してくれたり、人との触れ合いも楽しいです」と笑顔で語る西野さん。

「きつかけは、健康管理のため、さくらんどう周辺を散策した時、目に魅せられたことです。当時、ます花壇には何も植えられておらず、ここに朝霧草を植えて並木ならぬ並草『朝霧草の道』を造ってみたいと思いました」と語る西野さん。

西野さんは、さくらんどう通に面した歩道のます花壇に、朝霧草を植えるボランティアを続けて今年で9年目になります。

「まちづくり」に励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。  
今回は、朝霧草の道ボランティアの西野利彦さんを紹介いたします。  
目には見えないけれど、  
心に照らされ輝く  
シルバリーリーフの『並草』

### 札幌市東区住民集団健康診査

**対象** 札幌市にお住まいの40歳以上の国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方。

**持ち物・申込** 受診券と保険証を持参し、直接会場にお越しください（対象の方には3月末に受診券を送付）。

**詳細** 【実施内容について】 東保健センター（北10東7） ☎711-3211

【国保、後期高齢者医療の受診券について】 保険年金課 ☎741-2529

※国保、後期高齢者医療以外の健康保険に加入されている方は、保険証の発行元にお問い合わせください。

月	日	曜	会場	住所	時間
5	8	金	北36条会館	北36東5	9時30分～11時
			札幌北会館	東苗穂13-3	13時30分～15時
7	26	火	東区民センター	北11東7	9時30分～11時30分
					13時30分～15時
7	21	火	栄42条会館	北42東4	9時～11時
			栄42条会館	北42東4	9時～11時
			北27条会館	北27東10	9時30分～11時
			北光白樺会館	北23東2	13時30分～14時30分
			むつみ会館	北12東15	13時30分～15時

月	日	曜	会場	住所	時間
8	3	月	栄新和町内会館	北48東10	9時30分～11時
			栄地区センター	北36東8	13時30分～15時
9	10	木	元町会館	北20東20	9時30分～11時
			北栄会館	北25東7	13時30分～15時

※会場の都合により、中止になる場合もあります。詳細などについては、東保健センター☎711-3211までお問い合わせください。

