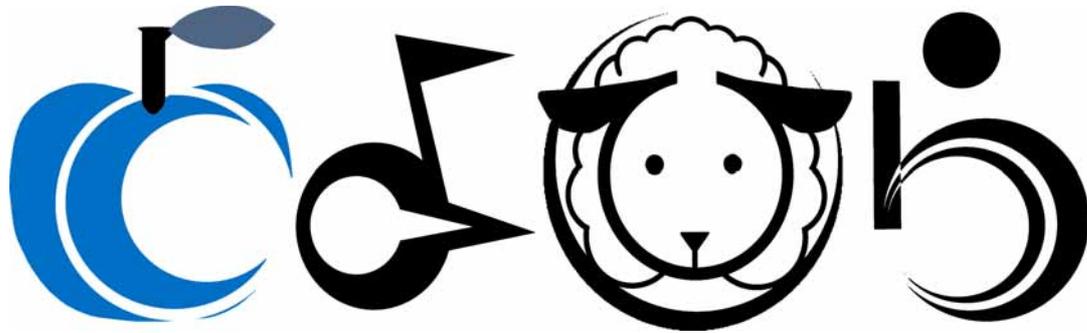


このロゴは、<sup>ぽんあかり</sup>杉田明香里さん（平岸高校デザインアートコース卒）の作品です。



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95回)

### 俎（まないた）の会

男性料理教室の会



(4/14) 料理教室に参加したメンバー



▲この日は鶏肉のピリ辛煮込みなどを作りました。

### 男性だって楽しく料理を

豊平区で活動する男性料理教室「俎（まないた）の会」。平成19年から月に1度、豊平区民センターで料理教室を開催しています。現在活動している会員は27人。60～80代の料理好きな男性が参加しています。

活動を始めたころは、会員のほとんどが料理初心者で、包丁の握り方や材料の切り方などの基本的なところから覚えていきました。8年間で作った料理は200種類以上。「今ではだいたいどんなものでも作れるようになりました」と料理に自信がついてきているようです。

約2時間の料理教室で主菜、副菜、デザートなど、食事バランスを考えて作ります。「男の人でも味噌汁くらい作れるようにならないと」と代表の佐藤大さん。覚えた料理を家族に作ってあげたりすることも。「魚料理や天ぷらなどの難しい料理も上手に作れるようになりたいですね」とまだまだ料理への挑戦は続きます。

「健康のために、家にばかりいないで、これからもずっと楽しく料理を続けていきたいです」と仲間と楽しく料理教室を続けていくことが今後の目標です。

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～

豊平区の人口・世帯数	
人口	218,097人 (+38)
男	101,157人 (-85)
女	116,940人 (+123)
世帯数	113,851世帯 (+357)
(4月1日現在。( )内は前月比)	

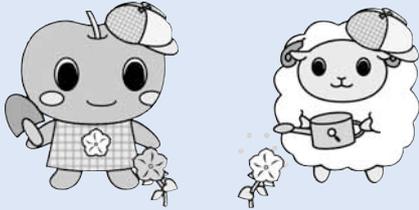
# 広がる地域の輪

# 町内会のまちづくり

## 清掃・環境美化

例えば

町内の清掃、ごみステーションの管理、リサイクル運動、植樹ますの花植えなどを計画的に行い、きれいで住みやすい環境づくりを進めています。



河川清掃



花植え



お祭り

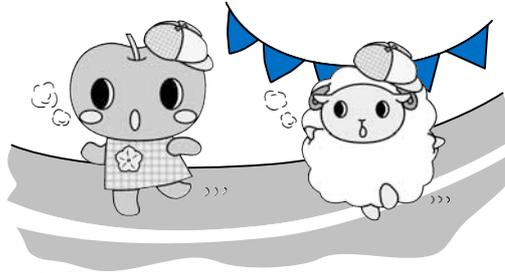
## 親睦・交流・広報

例えば

お祭りや運動会、交流会など幅広い世代が楽しめるイベントを企画運営しています。また、回覧板などで地域の情報も発信しています。



運動会



## 防犯・防災・交通安全

例えば

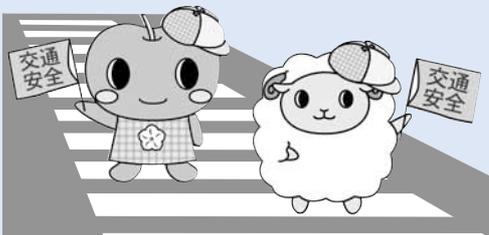
街路灯の設置、防犯パトロール、防災訓練、通学路での子どもの見守りなど、個人ではカバーできない地域の課題に取り組んでいます。



交通安全街頭啓発



避難所開設研修



「町内会・自治会の役割ってなに?」「どんな活動をしているの?」「そんな疑問を持っていませんか。」  
町内会・自治会では、地域の皆さんが安心、安全、快適に暮らせるように生活のあらゆる分野でさまざまな活動を行っています。  
あなたも、身近なまちづくり活動に参加して、交流の輪を広げてみませんか。

# まちづくりのこともっと知りたくなったら、まずは「まちづくりセンター」へ！

区内9カ所にあるまちづくりセンター（通称:まちセン）は、地域のまちづくり活動の拠点です。「自分にも参加できる活動はあるの?」「町内会に加入したい」など、お気軽にご相談ください。

<p><b>豊平※</b></p> <p>豊平6条7丁目 ☎811-9435</p>	<p><b>美園※</b></p> <p>美園6条5丁目 ☎811-4119</p>
<p><b>月寒</b></p> <p>★月寒公民館併設</p> <p>月寒中央通7丁目 ☎852-9288</p>	<p><b>平岸※</b></p> <p>平岸2条7丁目 ☎811-9545</p>
<p><b>中の島※</b></p> <p>中の島1条4丁目 ☎821-5841</p>	<p><b>西岡※</b></p> <p>西岡4条5丁目 ☎854-0357</p>
<p><b>福住※</b></p> <p>福住1条4丁目 ☎855-6615</p>	<p><b>東月寒</b></p> <p>月寒東3条17丁目 ☎853-9191</p>
<p><b>南平岸※</b></p> <p>平岸2条14丁目 ☎814-1440</p>	<p><b>開館時間</b> 8時45分～17時15分 <b>休館日</b> 土・日・祝・休日・年末年始 ※地区会館併設</p>



マンションに住んでいるから、町内会には加入しなくていいかしら…?

集合住宅の増加などから、ご近所同士の交流が少なかったり、地域の町内会・自治会を知らないという人も増えています。しかし、困ったときや、いざ災害が起きたとき、地域のつながりはとても重要です。

## 集合住宅だからこそ、町内会に加入しましょう！

<災害時、町内会が行う活動の例>



## パンフレット配布中！

区役所では、町内会・自治会に関するパンフレットを配布しています。ぜひご利用ください！



豊平区では、「地域の個性を生かしたまちづくり」を進めるためさまざまな活動を行うとともに、区内にある293の町内会・自治会（平成27年4月1日現在）が主体的に取り組んでいるまちづくり活動を支援しています。

新しく豊平区に転入された方や、町内会の加入方法がよくわからないという方には、加入に関するお手伝いをいたします。一人でも多くの区民に町内会に加入、参加していただき、日頃から地域の方との顔の見えるつながりを大切にしていただきたいと思います。





散歩には リードをつけて 気をつけて お出掛けは おトイレセット



忘れずに。(ペットの飼い方マナー標語)



情報満載!

## とよひら掲示板

5月11日～6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

### 第31回春季豊平区民 バドミントン大会

種目男女別ダブルス、ミックスダブルス戦。

日時 6月7日(日)9時開始。

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 5月26日(火)必着で区民センター、豊平区体育館、月寒公民館、西岡福住地区センターで配布中の申込書を左記へ郵送かファクスで。

詳細 豊平区バドミントン協会 進藤(〒062-0922 中の島2-3-5-21-302)

☎ FAX(841)3024



### 第2回豊平区民 パークゴルフ大会



種目 36ホールストロークプレー。

日時 7月23日(木)8時30分開始(雨天決行)。

会場 月寒公園パークゴルフ場(美園12-8)。

対象区内在住の方(学生を除く)。

定員・費用 80人。一人千円を当日会場で支払い。

申込 5月11日(月)～6月23日(火)に左記へ電話か、氏名・性別・住所・電話番号を記載の上、郵送かファクスで。先着順。

詳細 豊平区パークゴルフ協会 菅原(〒062-0935 平岸5-11-5-11-309)

☎ FAX(813)7659

### 食生活改善推進員 養成講座

栄養、健康づくり活動、食生活プランの立て方などを学び、地域に広めていくボランティア「食生活改善推進員」を養成する講座です。

日時・会場 全6回。下表のとおり。

対象区内在住の方。

定員・費用 30人。テキスト代千188円。  
申込 5月11日(月)～18日(月)の9

時～17時に下記へ電話か直接窓口、または氏名・住所・連絡先を記載の上ファクスで。定員を超えた場合は抽選。  
詳細 保健センター健康・子ども課 健やか推進係  
☎ FAX(822)2472  
(822)4111

	月日	時間	会場
①	5/29(金)	9時15分～12時15分	区役所2階講堂ほか
②	6/8(月)		
③	6/11(木)		
④	6/18(木)		
⑤	6/23(火)	9時30分～13時30分	区民センター2階料理実習室
⑥	6/30(火)	9時15分～12時15分	区役所2階講堂

### 西岡図書館から

#### ①楽しいお話の会

日時 5月14日・21日・28日、6月4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パネル展「海底2万里」ジュール・ベルヌの世界」  
今年SF小説の先駆者ジュール・ベルヌの没後110年。ベルヌとその作品を紹介。

日時 5月14日(木)～26日(火)。  
③パネル展「食育」ボクは何

を食べてきたの」

保健センターと共催で食育に関するパネル展示と本や食育おもちゃなどを紹介します。  
日時 5月28日(木)～6月9日(火)。(休館日)5月13日、27日、6月10日のいずれも水曜日。  
詳細 西岡図書館(西岡3-6)  
☎ FAX(82)8111

### 区民センター図書室 読み聞かせのお知らせ

親子で一緒に!友達と楽しく!読み聞かせに来ませんか。  
日時 5月12日(火)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、直接会場へお越しください。  
詳細 区民センター図書室  
☎ FAX(811)1030

### 国民健康保険料の 夜間納付相談

日時 夜間 5月27日(水)・28日(木)いずれも19時30分まで。  
休日 5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 収納係・二係 ☎ FAX(822)2510

### 市税の夜間納付相談

日時 毎週木曜日の20時まで。  
会場 南部市税事務所2階納税課(平岸5-18)。  
詳細 南部市税事務所納税課 ☎ FAX(824)3913

ちのびる・こひびる  
子育て講座



### ①幼稚園って どんなところ?

日時 5月27日(水)10時30分～11時30分。  
会場 豊平区保育・子育て支援センター(月寒東1-4)。

対象 来春入園を考えている方。  
定員・費用 15組。無料。  
申込 5月13日(水)から10時～17時に豊平区保育・子育て支援センター ☎ FAX(851)2510へ電話か直接窓口で。先着順。

②親子で一緒にリフレッシング!ベビーヨガ・おやこヨガ  
日時 6月11日(木)ベビーヨガ 10時～10時45分、おやこヨガ 11時15分～12時。  
会場 保健センター2階講堂。

対象 ベビーヨガ 3～12カ月のお子さん、おやこヨガ 7～24カ月のお子さん  
と保護者。  
定員・費用 各20組。無料。  
申込 5月28日(木)10時から、札幌市コールセンター ☎ FAX(222)4894へ電話で。いずれか1回のみ。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) ☎ FAX(851)2510





## とよひら ラグビー体験会



誰でも気軽にレッツトライ！  
ルールなどを学んだ後で、けがをしにくいタグラグビーを楽しもう！

**日時** 7月4日(土)9時30分～12時。  
**会場** 月寒屋外競技場(月寒東1条8丁目)。  
**対象** 区内在住の小学生。  
**定員・費用** 50人。無料。  
**講師** 北海道ラグビーフットボール協会。  
**申込** 5月20日(水)～6月19日(金)に札幌市コールセンター☎222-4894へ電話で。先着順。  
**詳細** 区役所地域振興課 ☎822-2427



### コンサドーレ札幌ホームゲームご招待！ ～豊平区民応援デー～

コンサドーレ札幌が、ギラヴァンツ北九州戦(SB自由席)に、スポーツのまち豊平区にお住まいの方300人をご招待します！

**日時** 6月21日(日) 試合開始14時。  
**会場** 札幌ドーム(羊ヶ丘1番地)。  
**対象** 区内在住の方。  
**定員・費用** 300人。無料。定員を超えた場合は抽選。  
**申込期限** 5月22日(金)消印有効。  
**申込方法** 往復はがきの往信裏面に観戦希望者の住所・氏名・年齢・電話番号・クラブコンサドーレIC番号(会員の方のみ)、返信の宛名面に返信先を記入の上、下記へ郵送(1通につき1人のみ受付。複数人で申し込みの場合は人数分の往復はがきが必要です)。結果などは返信はがきでお知らせします。  
**申込先・詳細** 〒063-0052 西区宮の沢2条3丁目4-1 コンサドーレ札幌内豊平区民応援デー係 ☎777-5310  
※応募者の個人情報、コンサドーレ札幌(株式会社北海道フットボールクラブ)が適切に管理し、本件を含む当クラブからのアンケートやご案内以外には利用しません。



## 花苗スポンサーを募集しています！

はなランド  
～とよひらHANA-LAND事業～




「とよひらHANA-LAND事業」は、地域の皆さまと花を通じたふれあいの場を作り、豊平区を美しく飾っていく活動です。

この活動をさらに盛り上げるため、「花苗スポンサー」を募集しています!!ぜひご協力ください!

**○花苗スポンサーとは?**  
植樹ます1マスを1口として皆さまにスポンサーになっていただきます。寄せられた支援金は、花苗の購入など植花活動に利用いたします。

**○花苗スポンサーになるとどうなるの?**  
1口以上の支援で区ホームページや全戸回覧チラシ、パネル展などでお名前をご紹介します。  
2口以上の支援で、地域のイベントで配布するオリジナル啓発品と区内地下鉄駅ポスターでお名前をご紹介します。

**費用** 1口(植樹ます1マス) 3,000円。  
**申込** 5月29日(金)必着で、区役所、区内まちづくりセンター、区ホームページで配布する申込書に必要事項を記入の上、下記へ郵送またはファクスで。申込書が到着次第、支払方法などについてのご連絡をさせていただきます。  
**申込先・詳細** 〒062-8612 豊平区平岸6条10丁目豊平区役所内  
とよひらHANA-LAND推進協議会事務局 ☎822-2427 FAX822-9357





### 学校図書館 地域開放のお知らせ

学校の図書館を地域に開放しています。地域にお住まいの方であれば、どなたでも借りることができます。学校に通うお子さまが居ない方も、小さなお子さま連れの方も、お気軽にご利用ください。

また、図書館の日常業務や読み聞かせなどをお手伝いしていただくボランティアも募集中です。詳しくはお近くの開放校へお問い合わせください。

**詳細** 各開放校または教育委員会生涯学習推進課 ☎211-3872

開放校		電話	開放曜日	開放時間
西岡南小	西岡4-12	582-6350	月・水・金	13時～16時(4～10月) 13時～15時30分(11～3月)
平岸西小	平岸1-15	821-7971	月・火・金	13時～16時
しらかば台小	月寒東4-18	852-4090	月・火・木	13時～16時
平岸高台小	平岸5-18	813-7751	火・木・金	10時～12時、 13時～14時30分
中の島小	中の島2-1	841-1561	月・水・金	13時～16時
みどり小	美園5-2	812-8164	月・水・金	13時～16時
福住小	福住3-5	854-1318	火・水・金	13時～16時(4～10月) 13時～15時30分(11～3月)
			第3土曜	10時～13時(4～10月)
あやめ野小	月寒東1-11	855-3406	月・水・金	13時～16時
平岸小	平岸2-14	811-8128	月・火・木	13時～16時
東山小	平岸4-11	831-6530	月・火・木	13時～16時
西岡小	西岡2-9	851-9673	水・木・金	13時～16時
豊平小	豊平5-7	811-9588	月・水・金	13時～16時(4～9月) 13時～15時30分(10～3月)

### 古着を無料で回収します

ご家庭の古着を臨時の会場で無料回収する実験事業です。集めた古着は、主に衣類として再利用されます。日時・場所は右表をご覧ください。

**出し方** 洗濯済みの古着を中身の見える袋に入れて、直接会場へお持ちください。「ビニール製品」「下着類」「衣類ではないもの」「汚れ・ぬれ・破れ・臭いのあるもの」は対象外です。

**詳細** 札幌市コールセンター ☎222-4894

月日	5月16日(土)	
時間	13時30分～14時30分	15時30分～16時30分
会場	とんつき憩いの広場 (月寒東3条18丁目20)	西岡ふれあい広場 (西岡4条9丁目西岡福住地区センター隣)

### 豊平区体育館だより

対象	種目	曜日	開講期間	時間	回数	定員(人)	受講料(円)
16歳以上(初級)	テニスクリニック ～バックハンドストローク～	木	6/4～7/9 ※6/11を除く	11時05分～12時05分	5	10	3,190 (2,870)
16歳以上	卓球集中講座 ～切り替え打ち～	火	6/2・9・16	10時～12時	3	10	2,820 (2,540)
あらゆるレベルの方 (年齢不問)	①マンツーマン卓球 ②プライベート卓球	火	6/2～30 (1回完結)	16時10分～17時	1	①各1 ②各2～4	①3,360
		水					②4,360
あらゆるレベルの方 (年齢不問)	①マンツーマンテニス ②プライベートテニス	木	6/4～25 ※6/11を除く (1回完結)	12時10分～12時55分	1	①各1 ②各2～4	①3,360
							②4,360

**申込期限** 5/16(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 5/17(日)の14時から。  
 ※5/25(月)は施設整備日のためお休みです。  
 ※受講料の( )内の金額は、65歳以上の方(受講期間中に65歳になる方も含む)および身体に障がいのある方の受講料です。申し込み時に年齢を証明できるものか各種手帳をお持ちください。  
 ※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

広告

### 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
福住	5/12(火)	9時30分～11時	福住地区会館	福住1条4丁目13-17
	5/22(金)	13時30分～14時30分	望羊会館	福住3条8丁目7-23
月寒	5/12(火)	13時30分～15時	月寒東会館	月寒東3条5丁目6-20
豊平	5/22(金)	9時30分～11時	豊平会館	豊平6条7丁目1-12

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

### 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 受 教 教 材 費	対象・申込方法など
西岡福住 地区センター (西岡4-9) ☎852-4687 FAX852-4697	①第2回パソコン講座 (ワード入門) (全6回)	月・水・金	5/18～29 18時～20時	20人	受 3,500円 教 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）。 <b>申込</b> ①は5/11(月)～16(土)、②は6/3(水)～9(火)、③は6/5(金)～6/10(水)の9時～17時に電話か直接窓口、または講座名・氏名・年齢・住所・連絡先を記載の上ファクスで。先着順。
	②第1回終活講座 (介護) (全1回)	水	6/10 13時～15時	20人	教 100円	
	③第3回パソコン講座 (ワード応用) (全8回)	月・水・金	6/12～29 18時～20時	20人	受 4,600円 教 1,000円	
東月寒 地区センター (月寒東3-18) ☎853-2011 FAX853-2012	①親子ピクス&親子 リンパマッサージ (全1回)	木	5/21 10時30分～11時30分	-	無 料	<b>対象</b> ①は区内在住の1～3歳の幼児と保護者、②は区内在住かお勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。 <b>申込</b> ①は5/14(水)～20(水)、②は5/18(月)～28(木)の9時～17時に①は電話か直接窓口で、または講座名・氏名・年齢・住所・連絡先を記載の上ファクスで、②は直接窓口で。②は先着順。
	②第3回パソコン講座 (エクセル中級) (全6回)	火・木	6/2～18 10時～12時	12人	受 4,000円 教 1,050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。

広告





HTB と豊平区まちづくりパートナー協定を締結 (3/24)

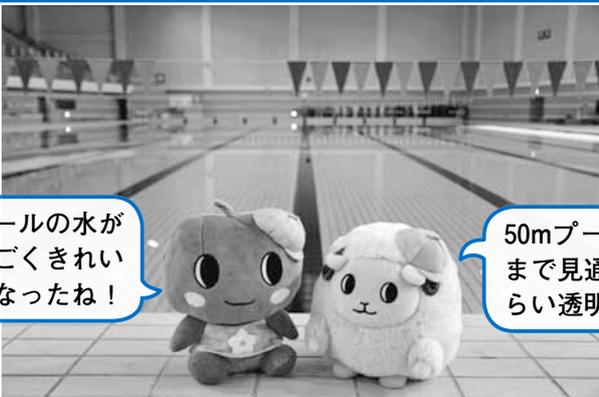
豊平区と北海道テレビ放送株式会社がこれまでの協力関係をより強固にして豊平区の一層の発展を目指す「豊平区まちづくりパートナー協定」を締結しました。地上波テレビ局と区の協定締結は初めて。歩道に植花を行う「とよひらHANA-LAND」への参加や小学生に仕事の面白さを伝える講座「とよひら子どもユメひろば」の共同開催など、さまざまな事業を連携して開催します。

こりんとめーたんの豊平区探検隊 (第24回)

平岸プール ~水泳ライフを始めよう!~



4月1日にリニューアルオープンした平岸プール。早速行ってきたよ!



プールの水がすごくきれいになったね!

50mプールの端まで見通せるくらい透明だ!

浅い25mプールもあるよ。初心者も安心だ!



プールの床が動かせるって知ってた?水深を変えられるんだよ!



洗面台やシャワーがピカピカだ!

プールサイドが滑りづらくなって安心!



でも危ないから走らないでね。

平岸プールの利用方法は、一般開放と水泳教室があるよ。

水泳教室の詳細は、平岸プールに問い合わせてね!

利用情報

一般開放利用料金

	当日券	回数券(6枚)
一般	580円	2,900円
高校生	280円	1,400円
中学生以下	無料(ロッカーも無料)	
65歳以上	140円	700円

※ロッカー使用料が50円掛かります。  
※他にも1ヵ月券などがあります。

所 平岸5条14丁目  
交 地下鉄【南平岸駅】徒歩8分。中央バス【南71】【平岸5-13】【平岸6-13】すぐ。  
問 平岸プール ☎832-7529

