

8～9がつ のできごと

ていぬの日記

8月21日



全国カレッジフットパス
フォーラムinサッポロテイネ

8月25日



あいくるオカリナコンサート

8月28日



北海道マラソン給水ボランティア
稲積・前田連合町内会・手稲鉄北
連合町内会連絡協議会の皆さん

8月30日



手稲鉄北小学校で手稲区防災訓練

9月3日



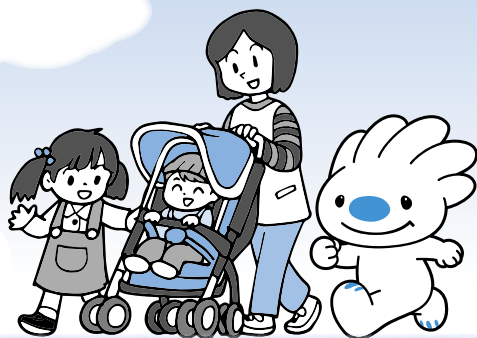
区民・保健両センターで健康っていいねフェア

9月4日



第20回手稲山口運河まつり

を よう



子育てに悩みはつきもの。どうしたらいいのか迷って不安になることはありませんか。地域には、悩み事の相談や、親子同士で気軽に交流ができる場所があります。子育てを楽しむ「こつ」や「ヒント」が見つかるかもしれません。ぜひ足を運んでみませんか。

問い合わせ先 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎ 681-1342

子育ての仲間と楽しく過ごそう♪

手稲区保育・
子育て支援センター

ちあふる・ていね

保育所が併設された子育て支援施設で、子育てサロンが月～土曜まで常設されています。初回利用時のみ登録が必要で、2回目以降は登録時に作ったカードを持参するだけで利用することができます。



所在地…手稲本町 3-2 (☎ 681-3162)
JR北海道バス「手稲本町」下車 徒歩約4分
開催日時…月～土曜 9時～17時(日曜、祝日を除く)
サンデーサロン…第2日曜 10時～12時



子育ての仲間と気軽に交流 //

1階の子育てサロン「ぱんだのへや」は入室無料で、就学前の子どもと保護者、これから親になる方が集まって一緒に遊んだり、おしゃべりしたり、ほっと息抜きができる楽しい交流の場です。
★地域には、ほかにも子育てサロンが26カ所あります。詳しくはQRコードから区ホームページにアクセス！



おもちゃがいっぱい //

どの年齢の子どもでも楽しめるように、おもまごとセットやブロック、ミニカーなど、さまざまな種類のおもちゃがあります。



遊びにきてね♪

思いっきり体を動かそう //

毎週水曜 15時30分から16時までは、2階のホールで走り回ったり、大型の遊具などを使って思いっきり遊ぶことができます。



親子で参加しよう //

子どもの身体測定や誕生会を月1回開催しているほか、外で水遊びや雪遊びなど季節ならではの遊びを楽しむこともできます。



毎回異なるテーマで開催

子育て講座で楽しく学ぼう！

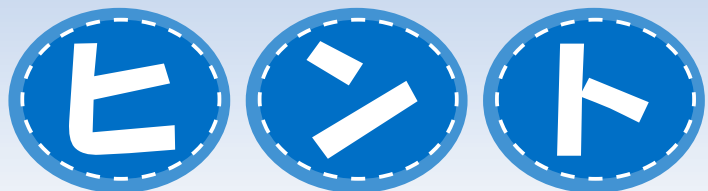
手稲保健センターや、ちあふる・ていねでは、子どもと一緒に参加できる講座や、託児を利用して保護者だけで学ぶ講座を実施しています。今後開催予定の講座については、QRコードから区ホームページにアクセスするか、健康・子ども課子育て支援担当係にお問い合わせください。



8月18日に保健センターで「作って＆あそんでわくわく講座」が開催されました。



楽しい子育ての



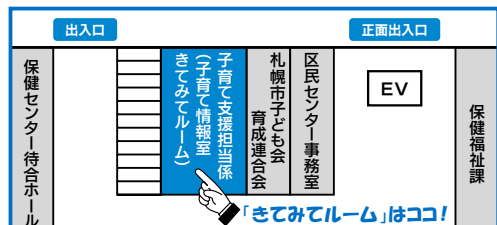
見つけに出掛け

子育ての悩みや不安の解決をお手伝い

子育て情報室

きてみてルーム

保育士が子育てに関する相談を随時受け付けているほか、区内の子育てサロンや親子向けのイベントの開催案内など、地域に密着した子育てに役立つ情報を紹介しています。



所在地…前田 1-11 保健センター 1 階
(☎ 681-1342)
(相談専用 ☎ 691-0874)
開催日時…月～金曜 8 時 45 分～17 時
15 分 (土・日曜、祝日を除く)



子育てに役立つ情報が満載 //

一時預かり保育など子育て家庭を支援する制度のほか、区内各地区の子育てサロンや、親子で参加できるイベントなどの情報を紹介しています。



困ったときは、プロに相談 //

経験豊富な保育士が、子どもとの関わり方をはじめ、睡眠や食事など、子育てに関するさまざまな相談に応じています。「こんなことを相談してもいいのかな・・・」なんて心配は要りません。一人で抱えこまず、ぜひご相談ください。

子どもがなかなかご飯を食べてくれなくて困ったときに、保育士さんに相談しました。身近に相談できる人が居るのは心強いですね。



やかべ 矢加部さん親子



絵本などが約 1,500 冊 ! //

絵本や育児書を読んだり借りたりすることができます。毎月第1、3金曜は子育てボランティアが読み聞かせを実施!お薦めの絵本の紹介も行っています。



外出が難しい方は



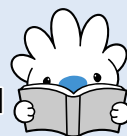
出前子育て相談「ピンポーン こんにちは」

区内在住で就学前の子どもを持つ保護者を対象に、保育士がご家庭を訪問し、子育てに関する相談をお受けします。

訪問日時 月～金曜(土・日曜、祝日を除く)10時～16時の間で1時間程度。
申込 月～金曜(土・日曜、祝日を除く)8時45分～17時15分に相談専用
電話(☎ 691-0874)にお申し込みください。



手稲区からの お知らせ



10月11日～11月10日
の区内の情報です

手稲区役所関係

手稲区役所	前田1条11丁目	☎681-2400
手稲保健センター	前田1条11丁目	☎681-1211
手稲区土木センター	曙5条5丁目	☎681-4011

まちづくりセンター

手稲	手稲本町3条1丁目	☎681-2131
手稲鉄北	曙7条3丁目	☎684-0048
前田	前田6条9丁目	☎683-4422
新発寒	新発寒5条4丁目	☎684-5557
富丘西宮の沢	富丘2条2丁目	☎685-4745
稲穂金山	稲穂3条5丁目	☎684-4020
星置	星置2条3丁目	☎695-3222

その他の施設・機関

手稲区民センター	前田1条11丁目	☎681-5121
手稲コミュニティセンター	手稲本町3条1丁目	☎681-2133
新発寒地区センター	新発寒5条4丁目	☎684-5571
星置地区センター	星置2条3丁目	☎695-3220
西部市税事務所	西区琴似3条1丁目	☎618-3912
市税証明・口座振替		☎618-3913
納税相談		☎618-3914
個人の市・道民税		☎618-3917
固定資産税（土地）		☎618-3918
固定資産税（家屋）		☎618-3918
西清掃事務所	西区発寒15条14丁目	☎664-0053
曙図書館	曙2条1丁目	☎685-4946
手稲区体育館	曙2条1丁目	☎684-0088
手稲消防署	手稲本町2条5丁目	☎681-2100

どこに聞か迷ったら

市コールセンター	(8時～21時年中無休)	☎222-4894
----------	--------------	-----------

手稲区の人口・世帯数

人口	141,193人（前月比+28）
世帯数	57,686世帯（前月比+14）
平成28年9月1日現在	

一日合同行政相談

事前の予約は不要です。相談日当日、直接会場へお越しください。

内容 ①生活に関わりの深い社会保険・年金・税金・福祉・道路・交通安全・河川・登記・医療・労災保険などの苦情や要望、②行政上の各種手続きについての相談、③民事上の問題についての相談。

参加機関等 国税局、司法書士会、社会保険労務士会、行政書士会、北海道管区行政評価局、総務省行政相談委員、札幌市。

日時 10月13日(木)10時～16時。
場所 区民センター3階視聴覚室。

費用 無料。

（詳細） 総務企画課広聴係
☎(681)2432

子育て支援担当係から

◆絵本講演会「子育てに絵本を」

絵本の魅力や、楽しさについてお話しします。
講師 福田洋子氏（旭川こども富貴堂店長）。
日時 10月28日(金)10時～11時30分。
場所 区民センター2階区民ホール。
対象 区内在住で、絵本に興味のある方。
※お子さんの同伴はご遠慮ください。希望者には託児を行います。

定員 先着200人（託児は先着40人）。
費用 無料。
申込 10月4日(火)9時から電話で申し込み（土・日曜、祝日を除く）。

（詳細） 健康・子ども課
☎(681)1342

◆赤ちゃんの親子あそび

親子で一緒に楽しめる遊びを紹介します。
日時 11月14日(月)10時～10時30分。
場所 保健センター2階講堂。
対象 就学前までのお子さんを待つ保護者。
定員 先着15人（託児なし）。
費用 無料。
申込 10月31日(月)～11月11日(金)9時から電話で申し込み（土・日曜、祝日を除く）。

（申込先・詳細） 健康・子ども課
☎(681)1342

地域密着型自殺対策

事業講演会

◆いのちをつなぐタッチケア
大切な人とあなたのために幅広い世代を対象に、誰でも簡単に実践できるタッチケア

アについてお話しします。

講師 中島直子氏（タッチケアセラピスト）。
日時 11月8日(火)10時～12時。
場所 区民センター2階区民ホール。
定員 先着200人。
費用 無料。
持ち物 靴袋、上履き。
申込 当日、9時40分から会場受付開始。
（詳細） 保健福祉課保健支援係
☎(681)2497

曙図書館から

◆北海道科学大学との合同講演会「ちょっと詳しい、糖尿病のお話」

講師 木村主幸氏（北海道科学大学教授）。
日時 11月5日(土)15時～16時。
場所 同館2階第1集会室。
対象 中学生以上。

◆人形劇・腹話術

10月13日(木)から配布する整理券を持参し、当日、直接会場へお越しください。
日時 10月22日(土)14時～15時。
場所 同館2階第1集会室。
対象 小学校低学年以下。
定員 先着100人。
費用 無料。
申込 当日、直接会場へお越しください。

◆楽しいお話し

日時 10月15日(土)、11月5日(土)14時30分～15時。

◆こども映画会

日時 10月15日(土)15時5分～30分程度、子ども向けのアニメを上映します。
※10月12日(水)、26日(水)、11月9日(水)は休館日です。
（詳細） 曙図書館 ☎(681)4946

地域振興課から

◆「小学生の夢・10年後の手稲のまち」アイデア作品展示会と「手稲タンケンツアー」報告パネル展

内容 区内の小学4年生が描いた作品の中から、特にアイデアに富んだ作品を展示します。また、展示作品を描いた児童が参加した「手稲タンケンツアー」の様子も紹介。

期間 10月24日(月)～31日(月)。

場所 JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1-4)。

◆第24回小学生バドミントン大会

手稲区、小樽市、石狩市の小学生による交流大会を開催します。

種目 男女別シングルス、ダブルス。

日時 11月19日(土)9時30分～15時(開場、受け付けは9時)

から)。
場所 手稲区体育館(曙2-1)。

対象 手稲区、小樽市、石狩市の小学校に通う小学3～6年生。

定員 先着120人。

費用 無料。

申込 区役所3階地域振興課、同体育館や区内の各小学校で配布する申込書に必要事項を記入し、10月11日(火)～31日(月)に郵送、ファクスまたは地域振興課窓口で申し込み。※保護者の印鑑が必要です。で、電話での申し込みはできません。

(申込先・詳細) 地域振興課地域活動担当 ☎(681)2445
ファクス(681)2523

国保からのお知らせ

平成28年度国民健康保険料の第4期納付期限が過ぎていきます。お忘れの方はお早めに

納付してください。また、病
気や失業などで保険料の納付
が困難な方はご相談ください。

夜間相談日 10月25日(火)、27日(木)の20時まで。

休日相談日 10月30日(日)9時～14時30分。

場所 区役所2階①番窓口。

(詳細) 保険年金課収納係
☎(681)2575

手稲鉄北まちづくり

センターから

◆第7回ていねベタンクとていねベタンクで遊ぼう

陸のカーリング「ベタンク」をアレンジした遊びで、年齢に関係なく楽しめます。

参加者にオリジナル缶バッジをプレゼントします。

日時 11月19日(土)9時30分～12時(受け付けは9時45分まで)。

場所 手稲鉄北小学校(前田2-12)。

ご出産・ご結婚される方へ 記念カードをプレゼント



手稲区のマスコットキャラクター「ていね」は平成元年11月6日に手稲山で発見されて以来、たくさんの方々と出会い、ふれあいを持ちました。「ていね」から日頃の感謝の気持ちを込めて、「ご出産」と「ご結婚」をお祝いする記念カードをプレゼントします。写真の台紙になっていますので、記念の1枚を入れて飾ってみてはいかがでしょうか。

配布期間 11月7日(月)から

配布対象 手稲区役所で出生・婚姻の届け出をした方

配布場所 区役所1階⑨番窓口 戸籍住民課戸籍係
※配布部数がなくなり次第、終了しますのでご了承ください。

《詳細》戸籍住民課戸籍係 ☎681-2448

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

費用 無料。

持ち物 上靴。

申込 11月7日(月)までに電話

かファクス、窓口で申し込み(受け付けは平日8時45分～17時15分)。

(申込先・詳細) 手稲鉄北まちづくりセンター ☎(684)0048
ファクス(684)0657

手稲稲積公園から

◆公園の木の実をあしらったハロウィンリース作り

日時 10月23日(日)①10時30分～12時、②13時30分～15時。

場所 同公園管理事務所。

対象 小学生以上。

定員 先着各15人。

費用 500円(当日納入)。

申込 10月11日(火)～22日(土)に電話か窓口で申し込み。

◆ノルディックウォーキング講習会

日時 10月29日(土)10時30分～12時。

場所 同公園管理事務所。

対象 小学生以上。

定員 先着15人。

費用 200円(当日納入)。

申込 10月11日(火)～28日(金)に電話か窓口で申し込み。

◆申込先・詳細 稲積公園管理事務所(前田1-5)

☎(685)1010

前田森林公園から

◆カナル秋清掃ボランティア募集

日時 11月3日(祝)9時30分～12時30分。

場所 同公園カナル(壁泉前)。

対象 どなたでも参加可能(小学生以下は保護者同伴)。

◆就職支援セミナー

内容 ①就職活動の基礎から学べるスタートセミナー、②面接対策セミナー。

日時 11月11日(金)①10時～12時、②13時～15時。

場所 区民センター2階第4会議室。

対象 区内在住で、仕事を探している方。

定員 各先着24人。

費用 無料。

申込 10月11日(火)から電話で申し込み。

◆申込先・詳細 札幌市就業サポートセンター

☎(708)8321

持ち物 軍手やゴム手袋、長靴、汚れてもいい服装(清掃用具は事務所で用意します)。

申込 10月17日(月)～11月2日(水)に電話か窓口で申し込み。

※参加者に「ていねいタオル」をプレゼント。

◆自然観察会のお知らせ

日時 10月16日(日)10時～12時30分。

場所 同公園。

費用 100円(保険代)。

申込 当日、同公園管理事務所前にお越しください。

◆申込先・詳細 前田森林公園管理事務所(手稲前田591)

☎(681)3940

札幌市就業サポートセンターから

◆就職支援セミナー

内容 ①就職活動の基礎から学べるスタートセミナー、②面接対策セミナー。

日時 11月11日(金)①10時～12時、②13時～15時。

場所 区民センター2階第4会議室。

対象 区内在住で、仕事を探している方。

定員 各先着24人。

費用 無料。

申込 10月11日(火)から電話で申し込み。

◆申込先・詳細 札幌市就業サポートセンター

☎(708)8321

公式戦にご招待！～手稲区民応援デー～ エスポラーダ北海道

フットサルクラブ「エスポラーダ北海道」公式戦ホームゲームのA自由席に、区内にお住まいの方20組40人をご招待します。

対象試合 エスポラーダ北海道 対 アグレミーナ浜松

日時 11月23日(祝)14時キックオフ(12時開場)

会場 北海きたえーる(豊平区豊平5-11)

申込期限 10月21日(金)当日消印有効

申込方法 往復はがきに観戦希望者(2人1組)の代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、返信先(返信はがき)を記入の上、下記へ送付。1組につき1通のみ有効(応募多数の場合は抽選)。結果は返信はがきでお知らせします。

◆申込先・詳細

〒060-0001 中央区北1条西4丁目2番2号
札幌ノースプラザ6階
エスポラーダ北海道 手稲区民応援デー係
☎206-4285

※応募者の個人情報は、一般社団法人エスポラーダ北海道スポーツクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送、また同クラブからのご案内以外には利用されません。

古着・穴を開けていないスプレー缶を無料で回収します

ご家庭で不要になった古着・穴開けが不安な方のスプレー缶を、下記の臨時拠点で無料回収します。集めた古着は、主に衣類として再利用されます。

【日時・会場】

10月29日(土)

時間	会場
9時～10時	富丘西宮の沢会館駐車場(富丘2-2)
11時～12時	新発寒わらび会館駐車場(新発寒3-5)
13時30分～14時30分	稲積記念会館駐車場(前田5-5)

【出し方】 衣類全般で洗濯済みの古着、または穴を開けていないスプレー缶を、それぞれ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」「寝具」「汚れ、ぬれ、破れ、臭いのあるもの」は対象外です。

◆詳細 市コールセンター ☎222-4894

区民センターから

前田1-11 ☎681-5121

区分	講座名	月日	時間	場所	定員	費用
①	手稲区民ダンスの集い	10月21日(金)	13時30分～15時30分	2階 区民ホール	—	300円 (当日納入)
②	楽しく上達！カラオケ基礎講座	11月8日(火)～29日(火) 毎週火曜日(全4回)	①10時～12時 ②13時30分～15時30分	3階 視聴覚室	各コース 先着9人	4,800円 (教材費込み)
③	北海道科学大学市民公開講座 「ヒット商品の舞台裏」 講師 坂井俊文氏(人間社会学科准教授)	11月10日(休)	13時30分～15時	3階 視聴覚室	先着30人	無料

対 象 ②③ 15歳以上の方(中学生は除く)。

持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ、②筆記用具。

申 込 ①当日、直接会場へお越しください、②10月20日(休)から電話か窓口で申し込み(受付時間10時～17時)、③10月25日(火)から電話か窓口で申し込み(受付時間10時～17時)。

手稲コミュニティセンターから

手稲本町3-1 ☎681-2133

区分	講座名	月日	時間	場所	定員	費用
①	手稲人が語る講座 内容：「祖父と篠路歌舞伎」 講師：手稲区郷土史研究会会員	11月15日(火)	13時30分～15時	2階 第1・2会議室	先着 40人	300円 (当日納入)
②	「知って得する高齢者の知識」講座 介護保険制度などの活用について	11月17日(休)	10時～11時30分	2階 第1・2会議室	先着 20人	300円 (当日納入)
③	民謡を楽しむ集い	11月18日(金)	14時～15時	1階和室 こぶし・しらかば	先着 20人	200円 (当日納入)

申 込 ①10月18日(火)10時から電話か窓口で申し込み、②10月11日(火)10時から電話か窓口で申し込み、③10月21日(金)10時から電話か窓口で申し込み。

新発寒地区センターから

新発寒5-4 ☎684-5571

第21回文化の集い

10月15日(出)、16日(回)の2日間、新発寒地区センターを利用する各サークルが1年間の練習成果を発表します。ぜひ、ご覧ください。

月日	内 容	時 間	場 所	備 考
10月15日(出)	フォークダンス(参加自由)	10時30分～12時30分	1階 体育室	持ち物(室内用運動靴)
	社交ダンス(参加自由)	13時30分～15時30分	1階 体育室	持ち物(ダンスシューズ、ヒールキャップ)
10月15日(出)、 16日(回)	サークル作品展示会	9時～17時 (16日は14時30分で終了)	2階集会 室ほか	—
10月16日(回)	サークルの舞台発表	9時50分～15時	1階 体育室	舞台発表後に体育室で抽選会があります。
	お茶席	11時～ ※品切れ時点で終了	2階和室	席料大人200円、子ども100円
	販売コーナー(パン)	10時～13時	ロビー	—

※当日は混雑が予想されます。ご来場の際には公共交通機関をご利用ください。

広告

星置地区センターから

星置2-3 ☎695-3220

区分	講座名	月日	時間	場所	定員	費用
①	みそ作り教室 みその作り方、みそ玉、鮭のソテー味噌ソース、サラダ味噌わさびドレッシング	10月24日(月)	10時～12時	2階 研修室	先着 16人	2,200円 (材料費込み)
②	解説！相続のいろは 内容：①基本編②遺言編（全2回）	①11月11日(金) ②11月18日(金)	13時30分 ～15時30分	2階 集会室	先着 20人	300円 (当日納入)
③	キムチ作り教室 本格キムチの作り方、簡単キムチの作り方、カクテキ、オイキムチ、キムチ鍋	11月14日(月)	①10時～12時30分 ②13時30分～16時	2階 研修室	先着 各16人	2,200円 (材料費込み)

持ち物 ①③エプロン、三角巾、手拭き用タオル、②筆記用具。

申込 ①10月12日(水)9時から電話か窓口で申し込み、②10月27日(水)9時から電話か窓口で申し込み、③11月2日(水)9時から電話か窓口で申し込み。

手稲区体育館スポーツ教室受講生募集

12月1日(水)より順次開講!!

対象	募集内容
16歳以上	【球技系】 卓球、テニス、ゴルフ、レディースバスケットボールなど 【フィットネス系】 体質改善ストレッチ、ゆる体操、ピラティス、あへあほ体操、ズンバ、体幹トレーニング、さわやか健康体操、からだにやさしい健康体操、3B体操、レディースヨガストレッチなど
キッズ・ジュニア (幼児、小学生)	卓球、バドミントン、テニス、バスケットボール、フットサル、バレーボール、ヒップホップ、チアダンス、リトルキッズダンス、Let's English ～幼児運動英語教室など

※受講料や日程、レベルなど詳しい内容については体育館で配布している時間割やホームページ (<http://www.shsf.jp>) をご覧になるか、下記詳細へお問い合わせください。

申込 11月1日(水)～9日(水)10時～20時に電話か窓口で申し込み。

抽選 定員を超えた場合は、コンピューターによる自動抽選。抽選結果の問い合わせは11月11日(金)16時以降に電話で。

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

《申込先・詳細》 手稲区体育館（曙2-1）☎684-0088

住民集団健康診査のご案内

《詳細》保健センター ☎681-1211

【日時・場所】

月日	時間	場所
10月22日(土)	9時30分～11時30分 13時30分～15時	手稲区民センター2階区民ホール（前田1-11）

【内容・対象・費用】

内容	対象	費用・持参書類
とくとく健診 (特定健診)	40～74歳で国民健康保険にご加入の方	費用は受診券に記載 受診券と健康保険証を持参
後期高齢者健診	後期高齢者医療制度にご加入の方	※付加健診の追加受診可（500円）
肺がん検診 (胸部エックス線検査)	40歳以上の方（喀痰検査は医師の判断で追加。費用免除対象有）	費用は無料 (かくたん 喀痰検査を行った場合は400円)
肝炎ウイルス検査	肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	健康保険証など氏名、住所、生年月日を確認できるものをお持ちください

●申し込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。

広告