



【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1-1
☎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28年12月1日現在の人口・世帯数
国勢調査ベース
人口: 263,582人 (前月比+28)
世帯数: 126,279世帯 (前月比+24)

あけましておめでとうございます



謹んで新年のごあいさつを申し上げます。
本年も声掛け合い、支え合うことで、地域の絆や信頼、安全・安心を育む東区を目指し、職員一同、皆さまと共に住んで良かったと実感できるまちづくりに取り組んでまいります。

東区長 きのした 木下 じゅんじ 淳嗣



東区の皆さま、
2016年も温かい
ご声援ありがとうございます。
打率3割を最低
ラインに、与え
られた打順、ポ
ジションで頑張
ります。



北海道日本ハムファイターズ
こんどう 近藤 けんすけ 健介 捕手 背番号8
平成5年(1993年) 8月9日生まれ

新年の抱負

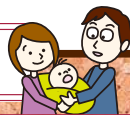
2017年は二連覇を目指して
チーム一丸戦います!

室内練習場やファイターズ通りが東区にある縁で、北海道日本ハムファイターズの“年男”近藤 健介 選手から、東区民の皆さんへメッセージをいただきました!

2017年も、近藤選手とファイターズを応援しましょう!



子育て情報掲示板



■はじめてのトイレトレーニング②■

日時 1月25日(水)10時～10時45分。
会場 ちあふる・ひがし(北9条東7丁目1-25)。
対象 1歳6カ月～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(先着順)。
申込 1月11日(水)9時から電話で申し込み。
詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331



■わらべうたあそび■

日時 2月13日(月)。
 ①2カ月～1歳未満 10時～10時30分。
 ②1歳～2歳未満 10時40分～11時10分。
会場 ちあふる・ひがし(北9条東7丁目1-25)。
講師 わらべうた会伝承者。
費用・定員 無料。各20組(先着順)。
申込 1月30日(月)9時から電話で申し込み。
詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331



土木センターからのお願い

本格的な除雪シーズンに入りました。
 翌朝までの除雪作業をスムーズに行うため、除雪作業によって間口に残った雪は、各ご家庭での処理をお願いするとともに、次の点にご協力ください。



- ・路上駐車をしない
- ・道路への雪出しをしない
- ・ごみ出しのルールを守る

また、公園に雪を入れることは禁止しておりますが、札幌市と町内会で覚書を交わし、町内会が責任を持ちルールを守ることで許可しております。
 公園への雪入れは、各町内会または土木センターにご相談ください。
【お問い合わせ】 東区土木部維持管理課(土木センター) ☎781-3521

レバンガ北海道 東区民応援デー

札幌を本拠地とするバスケットボールクラブ「レバンガ北海道」のホームゲームに、区内にお住まいの方100人(1階自由席)をご招待します。

締め切り
2/8(水)
当日消印
有効

対象試合 レバンガ北海道 VS 仙台89ERS。
対象日 2月22日(水)19時試合開始(17時開場)。
会場 北海きたえーる(豊平区豊平5条11丁目)。
申込方法 往復はがきに観戦希望者の住所、氏名、年齢、電話番号、宛先(返信はがき)を記入し、下記申込先に送付。1人につき1通のみ有効。応募多数の場合は抽選。結果などは返信はがきでお知らせします。

申込先・詳細 〒004-0041 札幌市厚別区大谷地東2丁目5-60
 レバンガ北海道 東区民応援デー係 ☎555-5113

その他 落選した場合は、返信はがきにて特別価格でチケット購入可能な割引券を返送します。また、当選者の同伴者についても、当日券を特別価格にて購入できます(大人:当日価格2,500円→特別価格1,500円、60歳以上シニア:当日価格1,500円→特別価格1,000円)※小中学生、学生(高校生～高専・大学)については、前売り価格と当日価格が同額のため特別価格の設定なし。

※応募者の個人情報は、株式会社北海道バスケットボールクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送以外には利用しません。





村井啓一さん

平成28年度札幌市自治振興功労者表彰

～心からお祝い申し上げます～

長年にわたり、地域の自治振興に貢献された方の功績をたたえる「札幌市自治振興功労者」の表彰式が11月21日に行われました。
東区からは、村井啓一さん（北栄連合町内会会長）、宮出絹子さん（東区連合町内会女性部長）が表彰されました。



宮出絹子さん

所得税及び復興特別所得税の申告受け付けが始まります

所得税及び復興特別所得税の申告受け付けの会場や期間は下表の通りです。

ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください

	所得税及び復興特別所得税の確定申告	税理士による無料申告相談 (年金受給者のみ)
会場	札幌北税務署（北区北31西7） ※地下鉄南北線「北34条」駅5番出口より徒歩10分	北海道経済センター（中央区北1西2） ※「札幌駅前通地下歩行空間」9番出口より徒歩2分 ※「さっぽろ地下街」市役所・経済センター出口より徒歩1分
期間	2月16日(休)～3月15日(休) ※土・日曜日を除く。ただし、2月19日(日)と2月26日(日)に限り、相談・受付を行います。	1月30日(月)～2月9日(休) ※土・日曜日を除く。
時間	9時～17時	9時～17時 (受付終了：16時)

※申告書の作成には時間がかかりますので、なるべく早めにお越しください。

※会場が混雑している場合には、受付を早めに締め切ることがあります。

■申告者ご本人や扶養親族の方などのマイナンバーの記載が必要になります。

マイナンバーを記載した申告書を提出する際には、申告者ご本人の本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。
(本人確認書類の例：「マイナンバーカード」、「通知カードと運転免許証や公的医療保険の被保険者証など」)

■市税事務所、東区役所、東区民センターでは受付を行っていません。

■なお、市・道民税の申告は、北部市税事務所（中央区北4西5アスティ45 9階）で受け付けます。

詳細 札幌北税務署（自動音声案内）☎707-5111(代)

※本誌26号も併せてご覧ください。

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。

都合により、受講内容、日時を変更したり、応募者が少ない場合は開講を中止したりする場合があります。

東区体育館 北27条東14丁目3-1 ☎751-5250

※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）。

〔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。

行事・講座名	募集内容・教室名	申込日（期間）・備考
一般男女 (16歳以上)	グループ卓球A・B、ナイトテニス初中級	1/11(休)～17(休) ※申込多数の場合は抽選

元町図書館 北30条東16丁目3-13 ☎784-0841

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	1/18(休) 13時～16時	無料	直接会場	修理が必要なおもちゃ持参 (交換部品は実費負担)

広告





は、みんなで集まって暖かく過ごし、家庭の省エネ・節電に取り組む「ウォームシェア」関連事業です。

東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500

〔申込〕 申込日の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
手織り入門 ～リビングで楽しむ手織りの時間～	2/7・14・21・28(火) (全4回) 9時30分～11時30分	受講料 2,000円 材料費 2,000円	要申込 先着 15人	1/16(月)から
気分は常夏!寒さを吹き飛ばそう! ハワイアンエクササイズ	2/15・22・3/1・8・15(水) (全5回) 13時30分～14時30分	受講料 2,000円	要申込 先着 15人	1/17(火)から 〔対象〕15歳以上の女性

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎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	1/11(水)、18(水)、25(水)、2/1(水)、 2/8(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) ※後半は小学生向けのプログラムも用意
お手軽運動講習会	1/16(月)、30(月)、2/6(月) 13時30分～15時30分	無料	直接会場 先着 各50人	〔その他〕上靴、汗拭きタオル、 飲み物を持参
ウォームシェア お手軽体力測定	1/23(月) 14時～16時 (受け付け15時30分まで)	無料	直接会場	骨密度、基礎代謝レベルなどの測定を行います

栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005

〔申込〕 ①②申込日の9時～17時に電話で申し込み。抽選結果は電話で通知。定員に満たない場合は以降先着順。
〔その他〕 ①②受講料と教材費は申し込み時に一括で納入してください。納入された費用は原則お返ししません。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
中学生のほのぼのコンサート ～出演 栄南中学校吹奏楽部～	1/21(土) 13時30分開演(開場13時)	無料 (入場整理券必要)	直接会場	栄地区センター、栄東まち づくりセンターで整理券配 布中
お話の扉(朗読)	1/28(土) 11時～12時	無料	直接会場	〔対象〕小学生
①手作りに挑戦! みそ作り入門	1/31(火) 10時～13時	受講料 800円 教材費 500円	要申込 抽選 12人	1/11(水)から
②触れて!使って!苦手克服! 初心者向けスマホ&タブレット 講座	2/3(金)・4(土)・7(火) (全3回) 14時～16時	受講料 2,000円 教材費 500円 (レンタル料含む)	要申込 抽選 12人	1/11(水)から

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833

〔申込〕 ②各回電話10人、窓口10人③電話5人、窓口5人④電話10人、窓口10人で受け付け。
〔その他〕 ①カレンダー、日めくり、メモ帳などを販売③貸出用のバイオリンを用意(講座時間内のみ貸し出し)。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①東日本大震災被災地支援 カレンダー販売会	1/4(水)～31(火) 9時～20時	カレンダーなど の購入費50～500 円程度	直接会場	売上金全額を被災地支援団 体に寄付 ※31(火)は17時まで
②歌声サロン	1/19(木)、2/2(木)、9(木) 13時30分～15時	受講料 800円	要申込 先着 各20人	1/11(水)から
③やさしいヴァイオリン 応用編	2/6・13・20・3/6・13(月) (全5回) 16時～17時	受講料 2,500円 (受講料・教材費込み)	要申込 先着 10人	1/11(水)から 〔対象〕バイオリン経験者
④若石式足もみ健康法 (春に向けてリンパ系デトックス)	2/23(水) 13時30分～15時30分	受講料 800円	要申込 先着 20人	1/27(金)から

広告



児童クラブ・児童育成会などをご利用ください



■児童クラブ開設の児童会館（★は小学校内に開設しているミニ児童会館）

会館名	所在地	電話番号	会館名	所在地	電話番号
ひのまる	北38東9	752-1551	★札苗小	東苗穂7-2	781-2818
苗穂	苗穂町5	711-8433	★苗穂小	北9東13	731-5977
札苗	東苗穂9-3	791-5200	★中沼小	中沼町73	790-4733
元町	北21東18	784-6664	★北園小	北25東4	876-8010
丘珠たから	北35東23	784-8095	★元町小	北25東17	788-4040
栄西	北46東5	752-8363	★栄西小	北39東4	768-8883
北光	北18東5	753-6353	★東光小	本町2-1	374-7744
東苗穂	東苗穂5-2	786-3191	★栄小	北42東10	594-8153
北栄	北30東6	711-3755	★栄東小	北46東13	788-4171
新生	北8東7	711-1339	★札幌小	伏古1-2	788-6791
丘珠ひばり	北丘珠4-1	785-6137	★伏古北小	伏古11-1	214-9110
元町南	北16東16	785-6148	★元町北小	北31東14	214-1246
伏古	伏古10-3	782-5620	★栄緑小	北51東10	792-1043

■民間児童育成会

育成会名	所在地	電話番号
ふうせんクラブ(児)	伏古2-5	783-1825
(一社) 共育舎あおぞら会	北25東19	782-7736
(特非) 伏古わんぱくクラブ	伏古10-3	784-0375
丘珠わんぱくクラブ	北丘珠1-2	782-5956
ひまわり子供(児)	北28東13	722-4660
(特非) もりもり元気クラブ	伏古11-2	782-6145
飛行船(児)	北49東8	722-6356
東苗穂北風クラブ(児)	東苗穂13-3	791-6345
かすたねっとクラブ(児)	北46東15	751-4000

(児)は児童育成会、(一社)は一般社団法人
(特非)はNPO法人の略

詳細 子ども未来局子ども育成部子ども企画課
☎211-2989

留守家庭のお子さんのために、児童クラブ
などを開設しています。詳しくは本誌24ページ
をご覧ください。東区以外の施設につい
ては、子ども企画課へお問い合わせください。



教えて！ タッピー

雑煮やきな粉餅などの定番以外に、
餅を使ったおすすめメニューを教えてください。

子どもにも大人にもおすすめの
デザートレシピを紹介します。



生チョコ餅（くるみ・ラムレーズン）

●材料（4人分）

切り餅……………	2個	純ココア……………	適量
板チョコレート…	1枚(50g)	くるみ……………	20g
☆牛乳……………	40cc	レーズン……………	30g
生クリーム……………	30cc	ラム酒……………	大さじ1
砂糖……………	大さじ2	粉砂糖……………	適量

調理時間

30分(冷却時間除く)

エネルギー

165キロカロリー
(1人分)

ラムレーズンは、お子
さまや運転時、特にア
ルコールに弱い方はご
注意ください。

●作り方

- ①くるみは粗く刻む。レーズンは熱湯をかけ、水気をキッチンペーパーで拭き、飾り付け用に数粒取り分け、残りをラム酒に漬けておく。
- ②切り餅と板チョコレートを適度に小さく切る。
- ③☆を大きめの耐熱容器に入れ、レンジ(500W)で3分半～4分加熱する。
- ④木べらですりつぶすようにして、全体が滑らかになるまでよく混ぜる。
- ⑤全体を二等分し、片方にくるみ、もう一方にラム酒に漬けたレーズンを加えて混ぜ、1cmくらいの厚さに成形する。
- ⑥ラップに純ココアを薄く広げて⑤をのせ、上にも純ココアをまぶす。
- ⑦ラップに包んで、冷蔵庫で30分～1時間ほど冷やす。
- ⑧適度な大きさに切り分け、くるみ入りの方に粉砂糖を振り、ラムレーズン入りの方にレーズンを飾る。



くるみやレーズン
を入れなくても、
おいしく、より手
軽に作れます。

レシピ考案者

天使大学
栄養学科2年
おかべさき
岡部咲希さん

広告

