



南区の人口・世帯数

人口/139,611 (-139) 人
世帯数/ 61,245 (-33) 世帯
() 内は前月比
※平成29年(2017年)3月1日現在

[編集]

南区役所総務企画課広聴係
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目2-1
☎582-4714
南区のホームページ
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>

私のおでかけ便り



☆掲載写真は、南区のホームページでカラーで公開しています。



真駒内に引っ越しました

撮影日 平成29年2月24日

撮影場所 南区役所記念写真撮影コーナー

撮影者 森のくまさん

もうすぐ2歳です。最近、真駒内に引っ越してきました。新しいおうちでも楽しい思い出をいっぱい作りたいな。

南区の写真やイラストを大募集！

このページでは、区民の皆さんから募集した写真やイラストをご紹介します。募集要項は、南区役所総務企画課広聴係や区内のまちづくりセンターなどで配布しているほか、南区のホームページに掲載しています。採用された方には、作品を印刷したはがきを贈呈します。

詳細・応募先

南区役所総務企画課広聴係
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目2-1
mi.somu@city.sapporo.jp



南区関連の主な施設

南区役所(真駒内幸町2) 代表☎582-2400

区役所内の直通電話番号

総務企画課		保健支援係	☎582-4746
庶務係	☎582-4705	相談担当	☎582-4747
地域安全担当	☎582-4706	保護一課	
選挙係	☎582-4711	相談担当	☎582-4765
広聴係	☎582-4714	保護一係	☎582-4756
地域振興課	☎582-4723	保護二係	☎582-4757
戸籍住民課		管理係	☎582-4751
戸籍係	☎582-4724	保護二課	
住民記録係	☎582-4728	保護一係	☎582-4763
税証明担当	☎582-4731	保護二係	☎582-4764
保健福祉課		保護三係	☎582-4768
地域福祉係	☎582-4734	保険年金課	
活動推進担当	☎582-4734	給付係	☎582-4770
福祉助成係	☎582-4741	保険係	☎582-4772
給付事務係	☎582-4742	収納係	☎582-4775
福祉支援係	☎582-4743	年金係	☎582-4786

- ・南区土木センター(南31西8) ☎581-3811
- ・南保健センター(真駒内幸町1) ☎581-5211
- ・ちあふる・みなみ(真駒内幸町2) ☎215-0183
子育て相談専用 ☎215-0203
- ・南部市税事務所(豊平区平岸5-8)
市税証明・口座振替 ☎824-3912
納税相談 ☎824-3913
個人の市・道民税 ☎824-3914
固定資産税(土地) ☎824-3917
固定資産税(家屋) ☎824-3918
- ・南清掃事務所(真駒内602) ☎583-8613
- ・南消防署(真駒内幸町1) ☎581-2100
- ・南区体育館(川治4-2) ☎571-5171
- ・澄川図書館(澄川4-4) ☎822-3730
- ・南区民センター(真駒内幸町2) ☎584-2100
- ・藤野地区センター(藤野2-7) ☎592-2002
- ・もいわ地区センター(川治8-2) ☎572-5733
- ・すみかわ地区センター(澄川4-4) ☎818-3035

まちづくりセンター

- ・定山溪(定山溪温泉東4)
☎598-2191
- ・真駒内(真駒内幸町2)
☎581-3025
- ・石山(石山2-2)
☎591-8734
- ・簾舞(簾舞3-6)
☎596-2059
- ・藤野(藤野2-7)
☎591-7041
- ・藻岩(川治8-2)
☎571-6121
- ・藻岩下(南34西9)
☎581-2001
- ・澄川(澄川3-2)
☎821-8585
- ・芸術の森地区(石山東7)
☎592-7009

高齢者向けサロンに 行ってみませんか

高齢者向けサロンは、地域に住む高齢者が身近な場所に気軽に集まり、ふれあいを通して生きがいづくりや仲間づくりができる場です。

春は新たな出会いの季節。さあ、新しい仲間を見つけに、サロンに行ってみませんか。

【お問い合わせ先】 南区社会福祉協議会 ☎582-2415



楽しく介護予防

介護予防いきいきうんどうクラブ

週1回の体操教室（全10回）が修了し、「せっかく2カ月も続けたのに、このまま終わってしまうのはもったいない！」と、教室に通っていた有志数人で平成22年11月から活動を開始しました。

DVDを見ながら、椅子やゴムチューブを使った筋力トレーニング、床に敷いたマットの上でストレッチなどを行っています。最高齢は、89歳。それぞれのペースで、無理なく体を動かしています。



開催日時 毎月第1～4木曜日。
9時30分～12時。

会場 南沢地区会館
(南沢3条4丁目7-5 南沢神社内)。

対象 おおむね65歳以上の方。

費用 1カ月1,000円。

参加方法 電話で南区社会福祉協議会
(☎582-2415) へ。追って、代表者より
ご連絡します。

参加した
方に聞きた
した



かじうら のぶこ
梶浦 伸子さん

体操が効果的にできているか、3カ月に一度、リハビリの先生が来てくれます。効果を実感できると、続ける気力にもなりますね。「ちょっと転んだくらいでは、ケガしなくなった」なんて人もいますよ。仲間と一緒に、楽しく「介護予防」しています。



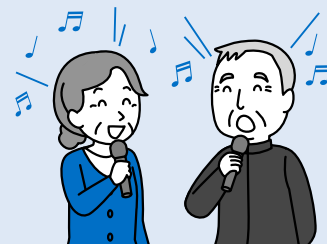
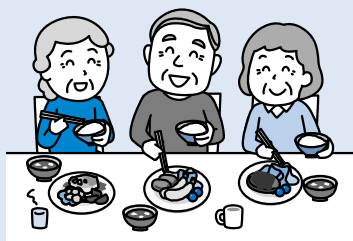
▲ゴムチューブで筋力
トレーニング

▶マットの上で
ストレッチ



今回ご紹介した以外にも、南区にはさまざまなサロンがあります！

気の合う仲間と食事やおしゃべりを楽しんだり、趣味を楽しむサロンなどもあります。お住まいの地区のサロンを知りたい方、「こんなサロンはあるかな」とサロンを探している方、気軽に、南区社会福祉協議会へお問い合わせください。



みんなで楽しく脳トレ

こいつ 仔羊の会

介護予防教室の参加者の有志が集まって、平成27年4月から活動を開始しました。

「充実した一日を過ごす」ことを目的に、ストレッチやラジオ体操などで体を動かしたり、参加者それぞれが考えてきた脳トレ問題やパズルなどで介護予防に取り組んでいます。その他にも、お茶やお菓子と共におしゃべりを楽しんだり、トランプや花札などのゲームをしたりして過ごします。



開催日時 毎月第1・2・4火曜日。

13時15分～16時。

会場 すみかわ地区センター
(澄川4条4丁目4-40)。

対象 近隣にお住まいの方。

費用 1カ月500円。

参加方法 開催日に直接会場へお越しください。

参加した
方に聞きま
した



みやもと たかこ
宮本 隆子さん

私たちは、何一つ特別なことはしていません。みんなで楽しく体を動かしたり、おしゃべりしたり。仲間が集まれば笑いが絶えなくて、一週間分笑うために来ているようなものです。それが介護や認知症の予防につながるのなら…ぜひ、今後も続けていきたいですね。



◀脳トレ



▲「折り紙」で指先を使って脳を刺激



▲「あやとり」で認知症予防



※費用に関する記載がない場合は、無料です。

各施設の駐車場は大変混み合います。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

区民野球場の申し込み

利用期間 5/1(月)～10/31(火)。※グラウンドの状況により、使用開始時期を延期する場合あり。

所在地 ①中ノ沢野球場(中ノ沢4丁目)②簾舞野球場(簾舞380番地)。

対象・使用料 区内にお住まい、またはお勤めの方(高校生以下の場合は、保護者の方などがお申し込みください。なお、①は少年野球での使用に限らせていただきます)。無料。

申込方法 4/15(土)10時に南区役所3階総務企画課で直接申し込み。※多数時抽選。

申込・詳細 総務企画課庶務係 ☎582-4705

平成29年度南区ガイド&MAP

配布場所 南区役所1階情報提供コーナー、区内各まちづくりセンター、区内各地区センター。

南区の概要や公共施設などを区内の地図と併せて紹介する「南区ガイド&MAP」を配布しています。

詳細 総務企画課広聴係 ☎582-4714

南区緑苑大学(高齢者教室)

内容 生涯学習のきっかけをつくり、高齢者に生きがいを持って潤いのある生活をしていただくための講座。南区の郷土史や陶芸、体操、調理実習、施設見学、川柳など。

期間 5/24～11/15の原則毎週水曜日。主に14時～16時。※講義の内容による時間変更と夏休みあり。

対象 区内にお住まいの満65歳以上(4/1現在)で、初めて受講し、毎回出席可能な方。

定員 50人(定員を超えた場合は抽選。過去の連続申し込み回数による優遇措置あり)。

費用 無料(教材費などは自己負担)。

申込方法 南区役所3階地域振興課、南区民センター、各地区センター、各まちづくりセンターで配布中の申込書に記入し、4/11(火)～14(金)に直接下記へ持参(電話・郵送不可)。

申込・詳細 地域振興課地域活動担当 ☎582-4723

南区レディースバドミントン大会

5/25(木)9時～17時。/南区体育館。

対象 区内にお住まい、またはお勤めか、区内でバドミントンの活動をしている女性(学生を除く)。

種目 ダブルス(経験・未経験・年齢別)。トリプル(合計年齢150歳以上・170歳以上)。

定員・費用 100人。1人1,500円。

申込方法 4/11(火)～5/10(水)に電話で下記へ(先着順)。

申込・詳細 地域振興課地域活動担当 ☎582-4723

町内会・自治会に加入しませんか

町内会・自治会は、地域の身近な課題の解決や、住民の皆さんの親睦を図るなど、地域の結び付きを深めながら、住みよいまちづくりを目指して、自主的に組織し、自立的に運営している団体です。町内会・自治会の活動に多くの方が積極的に参加することによって、より暮らしやすいまちづくりを進めていくことができます。

お住まいの地域の町内会・自治会をお知りになりたい方、加入を希望される方は、各まちづくりセンターまたは下記へお問い合わせください。

※各まちづくりセンターの連絡先は、本誌南区版1ページをご覧ください。

詳細 地域振興課まちづくり推進係 ☎582-4723

平成29年度南区まちづくり活動助成金

申請期限 平成30年1/31(水)。

区内を拠点に活動する団体が新たにに取り組む継続的なまちづくり活動に対して、審査の上、20万円を限度に助成します。助成の条件、申請方法などは下記へお問い合わせください。

【対象となる事業】

- ①地域課題の解決を図る事業
- ②地域コミュニティの活性化を図る事業
- ③地域の特性を生かし、その魅力を高める事業

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎582-4723

広告



南区の見どころをめぐる「スタンプ de BINGOラリー2017」

期間 4/29(祝)～10/31(火)。

スタンプ設置場所 定山溪温泉、もいわ山ロープウェイ・展望台、八剣山ワイナリー、小金湯さくらの森、札幌芸術の森、豊平川さけ科学館、滝野すずらん丘陵公園など区内19施設。

南区の魅力アップに取り組む「札幌シーニックバイウェイ藻岩山麓・定山溪ルート」では、観光施設をめぐるスタンプを集める「スタンプ de BINGOラリー2017」を実施します。応募いただいた方の中から、抽選で素敵な賞品が当たります。応募用紙は、スタンプ設置場所や南区役所などで配布します。



詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎582-4723

「地域みんなで子どもを見守る南区」運動

▽地域団体・事業者の皆さんへ

登下校時のあいさつや声掛けといった、子どもの見守り活動をお願いします。地域団体用の腕章と事業者用の車両ステッカーを交付していますので、ご希望の方は電話で下記までご連絡ください。

詳細 地域振興課地域活動担当 ☎582-4723

むかしむかし定山溪鉄道が走っていたころのおはなし第2集

閲覧場所 各区の図書館、各区の区民センター・地区センター図書室。

定山溪鉄道が走っていた頃を知る方が語る思い出話や、定山溪鉄道にまつわるエピソードなどをまとめた本の第2集が完成しました。上記の施設で閲覧できます。
※配布はしていません。



詳細 藤野まちづくりセンター ☎591-7041

犬の登録と狂犬病予防注射を受けましょう

犬の登録と予防注射の接種は飼い主の義務です。委託動物病院は下記のとおりです。本誌全市版27ページも併せてご覧ください。

区内の委託動物病院一覧

名称	所在地・電話
はらだ動物病院	川沿1条3丁目3-30 ☎578-1122
ペットクリニック シリウス	川沿1条6丁目3-15 ☎572-7711
川沿小動物医院	川沿10条2丁目1-7 ☎571-0920
みくに動物病院	川沿13条2丁目1-48 ☎572-9311
あい動物病院	澄川4条7丁目1-2 ☎815-1786
札幌緑が丘動物病院	澄川5条11丁目2-2 ☎582-5009
芸術の森動物クリニック	常盤3条1丁目3-55 ☎592-9677
ふじのペットクリニック	藤野3条7丁目1-20 ☎591-0661
南札幌動物病院	藤野3条11丁目10-28 ☎596-1511
真駒内どうぶつ病院	真駒内上町5丁目4-2 ☎582-8111
かさはら動物病院	南33条西9丁目3-27 ☎583-1013

※休診日・診療時間は病院ごとに異なりますので、事前に電話でご確認願います。
※登録手数料3,200円、予防注射料金2,560円、注射済票交付手数料700円。

詳細 動物管理センター ☎736-6134



※費用に関する記載がない場合は、無料です。

ファイターズ 公式戦にご招待！～南区民応援デー～

北海道日本ハムファイターズでは、札幌ドーム（豊平区羊ケ丘1）で開催される横浜DeNAベイスターズ戦（C指定席）に、区内にお住まいの方1,000組2,000人をご招待します。

日時 6/1(木)18時試合開始。

申込方法 4/17(月)までに、パソコンの場合は〈<http://www.fighters.co.jp/kansen/>〉から、スマートフォン・携帯電話の場合は右のQRコードからアクセスし、申し込みフォームに所定事項を入力してください。多数抽選。



※当落選通知は、試合日の1週間前までにメールで送信しますので、[fighters.co.jp] および [fmail.fighters.co.jp] のドメインからのメールを受信できるよう事前に設定してください。当選した方で、別の席種を希望する場合は、試合当日に札幌ドーム場内前売券売場で座席変更を受け付けます（有料・席数限りあり）。また、応募者の個人情報（北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、本件を含むチケット関連のダイレクトメール・アンケートなどによる案内以外には利用されません）。※会場内でファウルボールや折れたバットなどにより負傷された場合、応急処置はいたしますが、主催者・球場管理者に帰責事由がある場合を除き、その後の責任は負いかねますので、ご了承願います。

詳細 北海道日本ハムファイターズ お客様センター ☎857-3939

胃がん・大腸がん検診

4/28(金) 8時45分～10時（受付時間）。

南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法 事前に電話またはFAXで下記へ。

申込・詳細

南保健センター ☎581-5211 FAX582-4564

子育て講座「トイレトレーニング」

4/27(木)①10時～10時30分②10時45分～11時15分。

ちあふる・みなみ。

トイレトレーニングを始める時期や進め方について、保育士がお話しします。

対象 1歳半～就学前のお子さんとその保護者。

定員 各10組（親子同室）。

申込方法 4/13(木) 9時から電話で下記へ（先着順）。

申込・詳細 ちあふる・みなみ ☎215-0183



住民集団健康診査

「受診券」と「被保険者証」を持って、当日直接会場へ（できるだけ空腹の状態でお越しください）。

日程	受付時間	実施会場
5/10(水)	9時30分～11時	ミソマップ会館 (簾舞4条2丁目10-18)
	13時30分～15時	川治会館 (川治4条5丁目4-5)

詳細 南保健センター ☎581-5211

ごみ収集に関するお知らせ

5/1(月)～27(土)の間、駒岡清掃工場が定期整備のため、ごみの受け入れを休止します。この期間は、回収したごみを白石清掃工場に運ぶため、ごみ収集時刻が通常時に比べ前後する場合がありますので、ご了承願います。ごみは、収集日の朝8時30分までに出示してください。なお、駒岡破碎工場も休止します。

詳細 南清掃事務所 ☎583-8613

広告



春の火災予防運動

期間 4/20(木)～30(日)。

春は、風が強く空気が乾燥するため、火災の危険性がより高くなります。火の元の点検を行いましょう。

住宅火災に注意！

- ・こころ周りに燃えやすい物を置かない。
- ・コンセント周辺のほこりや電気コードを点検する。

放火火災や野火火災に注意！

- ・家の周囲や屋外に燃えやすい物を置かない。
- ・車庫、物置、ごみ置場等の鍵をかける。
- ・たばこのポイ捨てをしない。

詳細 南消防署予防課 ☎581-2100

図書館・図書室からのお知らせ

▼澄川図書館 (☎822-3730)

- ・おはなしの会 4/15(土)13時50分、22(土)10時30分、29(木)14時。
- ・わらべうた・おはなしの会 4/14(金)10時30分。
- ・工作会 4/22(土)～5/9(火)10時～16時。
- ・特別映画会 5/6(土)14時。

▼南区民センター図書室 (☎584-2533)

- ・楽しいおはなしの会 4/20(木)10時30分。

▼藤野地区センター図書室 (☎592-2002)

- ・おはなしの会 4/15(土)11時、22(土)11時。

▼もいわ地区センター図書室 (☎572-5733)

- ・おはなしの会 4/22(土)11時。

各施設の講座など

申し込み・詳細については、電話または直接各施設へ。特に記載がない場合、受け付けは先着順、受講対象「15歳以上の方」は中学・高校生を除く。

もいわ地区センター (☎572-5733)

講座・行事名	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
①手話で楽しくコミュニケーション(会話編)講座	1	4/23(日) 13時30分～15時30分	18歳以上の方	12人	500円	4/11(火)～21(金)
②シニア生活サポート講座 認知症予防 コグニサイズ	1	4/28(金) 13時30分～15時	50歳以上の方	20人	無料	4/11(火)～26(水)
③父の日プレゼント企画 陶芸でペアお茶碗作り	1	5/7(日) 13時～14時30分	幼児、小学生の親子	8組16人	1組2,500円	4/11(火)～5/5(木)

備考 ②動きやすい服装で、飲み物、タオルを持参。③エプロン、手拭き用タオルを持参。

すみかわ地区センター (☎818-3035)

講座・行事名	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
①パソコン 生活に役立つワード講座 ～基本編～	7	5/10(水)、17(水)、24(水)、31(水)、 6/7(水)、14(水)、21(水) 10時～12時	文字入力ができる 15歳以上の方	12人	5,700円	4/11(火)～24(月)
②若石(足もみ)健康法 ～生活習慣病の予防と改善～	5	5/13(土)、20(土)、27(土)、 6/3(土)、10(土) 10時～12時	15歳以上の方	20人	3,500円	4/12(水)～25(火)
③唱歌・叙情歌を歌おう講座	7	5/16(火)、30(火)、6/6(火)、20(火) 7/4(火)、18(火)、8/1(火) 13時30分～15時	15歳以上の方	20人	3,800円	4/13(木)～26(水)

備考 ①マイクロソフトオフィス2013または2010搭載のノートパソコンを持参。②足踏み板を持参。お持ちでない方は別途108円。

札幌市立大学まちの学校

(真駒内幸町2丁目2-2まこまる内 ☎596-6675 FAX596-6676 Eメール coc-office@jimu.scu.ac.jp)

講座・行事名	回数	日時	対象	定員	費用	申込期間
①まちの先生講座 ボタジェ(菜園)サークル説明会	1	4/15(土) 10時～11時30分	区内にお住まいの方	15人	無料	4/11(火)～14(金)
②まちの先生講座 観光ボランティアガイドって?	1	4/22(土) 10時30分～12時	区内にお住まいの方	30人	無料	4/11(火)～21(金)

備考 申し込みは電話またはFAX、Eメールでまちの学校へ。行事名、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号(FAXの方はFAX番号も)を明記。

ふれあい写真館

石山地区「火災予防街頭啓発」



2/18

石山振興会館の前で、石山地区町内会連合会の主催による「火災予防街頭啓発」が行われました。参加者は啓発チラシを配布したほか、拍子木を打ち鳴らしながら地域住民らに火災予防を呼び掛けました。

2017冬季アジア札幌大会の会場で 応援手旗を配布



2/21

真駒内公園屋内競技場で、真駒内地区の住民らが来場者に応援手旗を配布しました。白熱した試合が行われた会場内では、配布された手旗を振りながら選手に熱い声援を送る来場者の姿が見られました。

両親教室



2/24

南保健センターで「両親教室」が開催され、初めての出産を迎える夫婦24組が参加しました。赤ちゃんの抱き方やおむつ・服の替え方、体の洗い方などを練習し、子育ての心構えを学びました。

南区少年消防クラブ合同卒団式



2/25

真駒内桜山小学校で「南区少年消防クラブ合同卒団式」が行われました。ふじの、芸術の森地区、みすまい、川沿、すみかわの5つの少年消防クラブに所属する11人の児童が卒団証を受け取りました。

広告

区民のページは裏表紙側からご覧ください。