

みなさんと一緒につくる
「ていねっていいね」

ていね

区民のページ

2019年
2月

手稲区マスコットキャラクター ていめ



12~1がつ
のできごと

ていねの日記



12月9日

第28回新発寒地区綱引き大会



12月15日

手稲区防災リーダー基礎研修



12月19日

前田小学校で「せんきょ体験授業」



1月6日

稲穂金山地区「新春百人一首大会&漬物コンクール」



1月8日

新陵小学校避難所開設体験会



1月14日

手稲区成人式

■編集:手稲区役所総務企画課広聴係

〒006-8612 手稲区前田1条11丁目 ☎681-2432 FAX| 681-6639 ✉te.somu@city.sapporo.jp

■手稲区ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/teine/>

手稲区役所

検索

■手稲区広報番組「ていねっていいね!」 FMラジオ三角山放送局76.2MHz 毎週水曜日10時45分~

スポーツの魅力



できるスケート場など、身近にウィンタースポーツを楽しめる場所がある若きアスリートたちに、ていぬが取材をしてきました！



天気の良い日は空気が透き通り、手稲山のスキー場からは真っ白な斜面、麓の街並み、奥には日本海を一望できます。景色を楽しみながら滑るのもスキーの楽しみ方の一つです。



空気を切り裂く
スピード感がたまらない！

スキー

の面白さとは？

「スキーの魅力は何と言っても、日常生活では体験できないスピードを味わえることです」と教えてくれた岡田さん。アルペンスキー競技では、中学生でも時速70キロ〜100キロのスピードが出るため、会場で観戦すると迫力満点です。

一般の方でも時速20キロ〜30キロのスピードが出て、気持ちの良い疾走感を体験できることがスキーの最大の魅力と言えるでしょう。

スキー場に足を運んでみよう！

スキー用品を一からそろえるのは大変ですが、用品をレンタルしているスキー場も多く、手ぶらで行って気軽にスキーを楽しめます。

そのほか、区内にはスキー山がある公園もあるので、お子さんと一緒に近くの公園に出掛けてみませんか。

市内の公園検索システム



2/14(木)
～17(日)

トップレベルの滑りを見に行こう！
第74回国体冬季大会スキー競技会



(公財)日本スポーツ協会提供

国内最大規模のスキー競技大会が市内3会場で開催されます。サッポロティネススキー場では2/15(金)～17(日)にジャイアントスラロームが開催されます(入場無料)。

競技会場 サッポロティネススキー場(手稲本町593)
アクセス JR手稲駅南口発JR北海道バス「ティネハイランド」下車
詳細 スポーツ局企画事業課 ☎ 211-3044 ▲時刻表



スキーの魅力を紹介してくれたのはこの若きアスリート！

おかだ かりん さん
岡田 花梨 さん



稲積中学校2年生。アルペンスキー競技選手。1年生で全国中学校スキー大会に出場するなど北海道スキー連盟強化指定選手として活躍中。

将来はオリンピックに出場して、アルペンスキー競技で女性初の金メダリストを目指して頑張ります！



ていぬが迫る!



ウィンタース

手稲区には、オリンピック会場となったスキー場や年間を通して利用
あります。そこで今回は、ウィンタースポーツの魅力が区内で活躍す



ゴールの裏側もプレーできることがアイス
ホッケーの特徴。他のスポーツにはない**ゴール裏**を使った戦術に注目すると、違った面白
さを発見できるかもしれません。



◀シュートで放たれた
パックは大人だと時速
150km/hを超えることも。



絶えず変化する 試合展開は必見!

選手は常に動き回って
いるので、全力プレーは約
1分間が限界。そのため、
アイスホッケーのルール
では選手交代が自由にで
きます。選手の入替えが
勝負の力ギを握ることも。

アイスホッケーのもう
一つの魅力は「スピード
感」と、コーチの「腰越さん」
スピードに乗ったスケエ
トをする選手はもちろん
のこと、攻守の入れ替わり
が早く、試合が目まぐるし
く展開されていきます。

息をもつかせぬ 試合展開から 目が離せない!

アイスホッケー は氷上の格闘技!

冷たい氷の上で繰り広
げられる全力プレーによ
る選手同士のぶつかり合
いはアイスホッケーの醍
醐味。特に小学生がパッ
クに向かって一生懸命に
プレーする姿からは喜怒
哀楽がとてつもなく伝わ
るため、観戦者も思わず
試合にのめり込んでしま
います。ぜひ会場で観戦
してみてください!

年間を通して利用可能 星置スケート場



所在地 星置2-1
アクセス JR「星置駅」下
車徒歩15分
駐車場 30台
☎ 681-8877



スケートだと自分で走るよりも
速いスピードが出せるのが面白
いです! 全道大会初戦突破を目
指して頑張っていきます!



▲キャプテンの石塚弘人君
(小学6年生)



アイスホッケーの魅力を紹介してくれたのは この若きアスリートたち!



星置キルラーズ Jr.

小学生高学年の部・低学
年の部共に全道大会に出
場するなど市内屈指の強
豪チーム。技術だけでなく、アイスホッケーを通
じての「心」の成長にも
力を入れている。主に星
置スケート場を拠点に活
動中。

▲総勢 50 人の選手が在籍中



手稲区からの お知らせ

2月11日～3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 1-11)	☎681-2400
手稲保健センター (前田 1-11)	☎681-1211
手稲区土木センター (曙 5-5)	☎681-4011

まちづくりセンター

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

その他の施設・機関

手稲区民センター (前田 1-11)	☎681-5121
手稲コミュニティセンター (手稲本町 3-1)	☎681-2133
新発寒地区センター (新発寒 5-4)	☎684-5571
星置地区センター (星置 2-3)	☎695-3220
手稲区保育・子育て支援センター (ちあふる・ていね) (手稲本町 3-2)	☎681-3160
西部市税事務所納税課 (西区琴似 3-1)	☎618-3912
西清掃事務所 (西区発寒 15-14)	☎664-0053
曙図書館 (曙 2-1)	☎685-4946
手稲区体育館 (曙 2-1)	☎684-0088
手稲消防署 (手稲本町 2-5)	☎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	141,945人 (前月比 +1)
世帯数	59,321世帯 (前月比 +14)
平成31年1月1日現在 (国勢調査ベース)	



国民健康保険料の納付と 夜間・休日相談について



内容 平成30年度国民健康保険料の第8期納付期限が過ぎています。お忘れの方は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 2月15日(金)20時まで。
休日相談日 2月24日(日)9時～14時30分。
場所 区役所2階①番窓口。
◆口座振替のご利用を
国民健康保険料の納付には、便利な口座振替をご利用

ください。お申し込みは、預貯金口座のある金融機関・郵便局または区役所保険年金課へ。
【詳細】 保険年金課収納係
☎(681) 2575

市税滞納整理強化週間

内容 夜間・休日の電話や訪問による納税催告を強化します。期間中は夜間・休日の納税相談窓口を開設します。で、平日の日中にお時間の取れない方はご利用ください。
夜間納税相談期間 2月25日(月)～3月1日(金)17時15分～20時。
休日納税相談日 3月2日(土)3日(日)9時～16時。
※右記相談期間以外にも、毎週木曜日(祝日を除く)は20時まで相談を行っています。

場所 西部市税事務所②番窓口。
【詳細】 西部市税事務所納税課
☎(618) 3913

保健センターから

◆両親教室



内容 初めて親になる方を対象に、育児実習やお父さんの妊婦疑似体験などを行います。
日時 2月22日(金)18時30分～20時30分。
場所 同センター2階講堂。
対象 初妊婦と子の父親。
定員 先着30組。
費用 無料。

持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。
申込 2月12日(火)から電話か窓口で申し込み。
◆胃がん・大腸がん検診
内容 胃がん検診は問診と胃部エックス線撮影(バリウム検査)、大腸がん検診は問診と免疫便潜血検査(2日法)。
検診日 2月26日(火)。
受付時間 8時45分～10時。
場所 同センター1階。
対象 職場などで検診を受ける機会のない方で、胃がん健診は、40歳代の方(平成31年3月まで受診可)、または50歳以上で偶数歳の方(直前の偶数年齢時に受診していない場合、奇数年齢でも可)、大腸がん検診は、40歳以上の方。
費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、

◆医療講演会「市民健康教育講座」



70歳以上の方、市・道民税非課税世帯の方、生活保護世帯の方、支援給付世帯の方、65歳～69歳で後期高齢者医療被保険者の方、65歳以上で介護保険料の保険料段階が第1～第3段階の方は無料(それぞれ証明できるものが必要)。
申込 電話か窓口で事前に予約。
※検診日の1週間前までに検診用品の受け取りをお願いします。
テーマ 「睡眠負債ってなに?」良質な睡眠と健康維持のために。
講師 古川美盛氏(中垣病院院長)。
日時 2月27日(水)14時～15時30分。
場所 同センター2階講堂。
定員 先着70人。
費用 無料。
申込 当日、直接会場へお越しください。
申込先・詳細 保健センター
☎(681) 1211



住民集団健康診査のご案内 <詳細> 保健センター ☎ 681-1211

月日	時間	場所
2月24日(日)	9時30分～11時	前田中央会館(前田8-11)

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市民	費用は受診券に記載。受診券と健康保険証を持参※1(血液・貧血・心電図検査は500円で追加受診可)
後期高齢者健診	後期高齢者医療制度にご加入の市民	
肺がん検診(胸部エックス線検査)	40歳以上の市民(喀痰検査は医師の判断で追加)	費用は無料(喀痰検査を行った場合は400円※2)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
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市民	

- ※1 生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、支援給付世帯の方は本人確認証をお持ちください。
 ※2 非課税世帯、生活保護世帯、支援給付世帯、65～69歳で後期高齢者医療制度被保険者、70歳以上の方は各種証明書を提示することで無料です。
 ○申し込みは不要です。上履きを持参して当日、直接会場へお越しください。

広報さっぽろ1月号手稲区版

「手稲区クイズ」の答え♪

- Q1: ていねやま
 Q2: まえだしんりん公園
 Q3: ぐんていぬ
 Q4: ちょうない会
 Q5: みずばしょう
 Q6: さんがく救助隊
 Q7: がるがわ緑地

【応募キーワード】の正解は…

やまぐちうんが

たくさんのご応募ありがとうございました。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。



「相談コーナー」をご利用ください

区役所の相談コーナーでは、専門の相談員が無料で各種ご相談に応じていますので、気軽にご利用ください(土・日曜、祝・休日、年末年始を除く)。

■区役所1階⑩番窓口の相談コーナー

法律相談と司法書士相談を除き、電話での相談(☎681-2400)も受け付けますが、来訪された方を優先します。

相談名	相談員	内容	曜日	時間
交通事故相談	交通事故相談員	交通事故の示談、保険金請求などについて	第2・4月曜	・9時30分～12時15分 ・13時～16時
家庭生活相談	家庭生活カウンセラー	家庭生活、近隣関係、育児、夫婦関係、悩み事などについて	毎週火・水曜	・10時～12時 ・13時～16時
行政相談	行政相談委員	国やその関係機関などの仕事について	毎週木曜	・13時～16時
法律相談	弁護士	困り事、争い事の法律的見解、解決方法について	第1・3金曜	・予約制、先着8人 ・相談日当日9時から電話(☎681-2400)で受け付け ・相談は午後(1人20分)
司法書士相談	司法書士	相続、遺言、不動産登記、多重債務などについて	第2・4金曜	・13時～16時(事前予約不要) ・希望者複数の場合、相談順をくじ引き



「相談窓口のご案内」



各区広聴係で行っている相談窓口のほか、公的機関による相談窓口などを案内しています。配布場所▼
 区役所1階⑩番窓口

■区役所2階 あいワーク手稲(求職者支援センター) ☎ 681-2633

相談名	相談員	内容	曜日	時間
職業相談	職業相談員	職業相談・紹介などについて	毎週月～金曜	8時45分～17時(求人検索機及びハローワークによる職業相談・紹介は9時30分から)

広告

みんなの人気者！

手稲区マスコットキャラクター ていぬ

「手稲が大好き！」



ていぬはいつ誕生したの？

平成 21 年に区制 20 周年記念事業の一環として、手稲らしさを表現できるマスコットキャラクターのデザインの公募が行われました。シンプルで親しみやすく、明るさのあるキャラクターとして全 221 点の中から選ばれたのが、ていぬです。

ていぬにはどこで会えるの？

ていぬは区民の皆さんの笑顔が大好き！お祭りやイベントなどに駆け付けて、会場を盛り上げます。ていぬを呼びたいときは、「ていぬ活用委員会」にお問い合わせください。

【詳細】 ていぬ活用委員会（地域振興課地域活動担当） ☎ 681-2445



▲手稲駅自由通路「あいくる」で小樽市の観光 PR をお手伝い！



▲「手稲ぱわふる★きっずらんど」に遊びに行きました！



▲「手稲タンケツツアー」の参加者と一緒に記念撮影！

ていぬのことをもっと知りたいときは

区ホームページで、ていぬの詳しい紹介や活動記録を公開中！

＼見に来てね！／



テレビのデータ放送やアプリのご案内

これまでお知らせ欄に掲載していた次のイベント情報は、一部を除き、誌面削減のため、広報さっぽろに掲載されなくなりましたが、テレビやアプリ、各施設のホームページなどで確認することができます。

掲載されない情報

次の施設で行うイベント情報

- ・区民センター
- ・手稲コミュニティセンター
- ・新発寒地区センター
- ・星置地区センター
- ・曙図書館 ・手稲区体育館
- ・前田森林公園など市内の公園

各種講座（料理教室、ダンスの集い、スキー教室など）、お話会、映画会、スポーツ教室の受講生募集、自然観察会など

テレビ STV 5チャンネルに合わせてdボタンを押し、表示される「札幌市からのお知らせ」を選択して知りたい情報を確認することができます。

スマートフォンなどで公式アプリストアから **アプリ** 「**iさっぽろ**」をインストールし、アプリのトップ画面に並ぶお知らせタイトルから知りたい情報を選択します。

テレビのリモコンの操作方法、アプリのインストールはこちら→

