



ひがしく地名・名称由来講座

今月は… 東雁来

【ひがしかりき】

「雁来」の土地名の由来には諸説あり、アイヌ語の「クミンタラ（シカの遊び場）」を語源とする説や、対雁（ついしかり、今の江別市）の人々が移ってきた土地に由来するという説もあります。1955（昭和30）年に札幌村の札幌市への合併に伴い、「札幌村字雁来村」も札幌市の一部となり、1985（昭和60）年に現在の「東雁来〇条〇丁目」となりました。

東区民のページ

2019年6月

特集!!
風水害に備えて事前準備!!

避難方法と水害や浸水を防ぐ施設

1981（昭和56）年8月の台風と豪雨は、記録的な大洪水の被害をもたらしました。この写真は、そのときの東区内の様子です。
今回は台風による大雨や、集中豪雨の時期が来る前に、風水害などによる被害を最小限に抑えるポイントや区内の防災状況をご紹介します。



東区
マスコットキャラクター
「タッピー」



東区役所 ☎741-2400(代表) 〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目1-1

- 【総務企画課】
- 庶務係 ☎741-2409
- 地域安全担当係 ☎741-2409
- 選挙係 ☎741-2412
- 【地域振興課】 ☎741-2429
- 【戸籍住民課】
- 戸籍係 ☎741-2439
- 住民記録係 ☎741-2449
- 【保険年金課】
- 給付係 ☎741-2529
- 保険係 ☎741-2532
- 収納係 ☎741-2536
- 年金係 ☎741-2543

- 【保健福祉課】
- 地域福祉係 ☎741-2459
- 活動推進担当 ☎741-2459
- 福祉助成係 ☎741-2461
- 給付事務係 ☎741-2462
- 福祉支援係 ☎741-2463
- 保健支援係 ☎741-2465
- 保健福祉課相談担当 ☎741-2466
- 【保護課】
- 保護課相談担当 ☎741-2479

- 東保健センター（北10東7）
- 【健康・子ども課】
- 保健予防係 ☎711-3211
- 健やか推進係 ☎711-3211
- 家庭児童相談室 ☎711-3212
- 子ども家庭福祉係 ☎711-3214
- 子育て支援担当係 ☎712-6331
- 生活衛生係 ☎711-3213
- 東区土木センター（北33東18）
- 【維持管理課】 ☎781-3521

- ◆まちづくりセンター◆
- 鉄東（北9東5） ☎721-3105
- 北光（北18東5） ☎721-1271
- 北栄（北23東8 仮移転中） ☎721-6336
- 栄西（北39東4） ☎752-9536
- 栄東（北41東14） ☎711-2203
- 元町（北20東20） ☎781-5375
- 伏古本町（伏古3-3） ☎784-5534
- 丘珠（丘珠町183-2） ☎781-4283
- 札苗（東苗穂7-2） ☎783-3608
- 苗穂東（苗穂町3） ☎742-4427

- 東消防署（北24東17） ☎781-2100
- 東清掃事務所（丘珠町873-1） ☎781-6653
- 北部市税事務所 ☎207-3912
- （中央区北4西5アスティ45 9階）



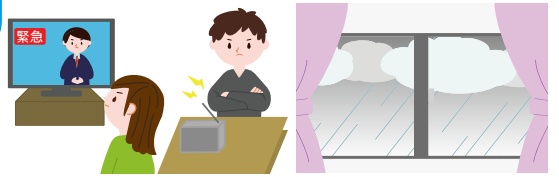
東区役所総務企画課広聴係
☎741-2414 FAX 742-4762
E-mail hi.somu@city.sapporo.jp



台風や大雨で風水害が起きそう!!! そんなときは…

1 避難情報を把握して準備

台風や大雨などが原因となる風水害は突然起こるわけではないので、日ごろの備えのほか、気象情報などの情報収集によって事前に危険を察知することが重要です。



●避難に備えて非常持ち出し品を準備。
外出は控え、川には近づかない。

●ラジオやテレビ、緊急速報メールで市が発令する避難情報の内容を確認。

＼市が発令する避難情報は危険度に応じて3段階あります／

避難準備・高齢者等避難開始	お年寄りや体の不自由な方など、避難に時間を要する方は避難を開始。その他の方は避難の準備を整える。
避難勧告	災害が発生する可能性が極めて高い状況。 一刻も早く避難!
避難指示(緊急)	災害が発生している、もしくは死者やけが人がでる可能性が極めて高い状況。 避難していない場合は直ちに命を守る最善の行動を!

2 状況に応じて適切に避難

避難方法は避難場所などの安全な場所へと移動する「**立ち退き避難**」と、建物の上階へ移動する「**垂直避難**」があります。

●自宅が川に近い場合や建物の最上階まで浸水しそうな場合

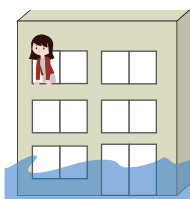
→ **立ち退き避難**



洪水が発生した場合、自宅にとどまることは危険! 近隣の避難所や頑丈な建物に避難しましょう。

●すでに浸水し、避難所まで移動することが危険な場合

→ **垂直避難**



上の階に移動し、命を守る最善の行動をとってください。

避難所はハザードマップで
事前にご確認を

避難所のほか、浸水が想定される範囲、避難方法なども確認できます。

年度内に順次全世帯にお届けします。

2019(平成31)年1月に改訂しました!

札幌市 洪水ハザードマップ

検索



札幌市防災アプリ「そなえ」
で避難所を確認できます!



AppStore

GooglePlay

避難時に最低限持ち出すものはここでチェック

- 食料品・飲料水(1人1日3ℓ) ※最低3日分用意
- 厚手の手袋
- 懐中電灯
- 救急医療品・常備薬
- 生理用品
- 衣類(着替え、防寒衣)

- 粉ミルクなど
- 現金・貴重品
- 乾電池・携帯電話のバッテリーなど
- 携帯ラジオ
- お薬手帳



3 避難するときの心得



近所に避難を呼び掛ける

お年寄りや子どもなど、避難に時間のかかる人へ呼び掛け、避難に協力しましょう。



足元に注意して安全な経路で避難する

河川沿いや橋を避け、側溝や水路、マンホールに気を付けましょう。



地下やアンダーパスへ侵入しない

水が集まりやすく、閉じ込められる恐れがあります。



車での避難は控える

円滑な避難を妨げたり、水圧で車のドアが開かなくなるため、特別な場合を除き、自動車での避難は控えましょう。



浸水後の避難は控える

男性は**70cm以上**、女性は**50cm以上**の水深になると歩行が困難になり、水流が早い場合、流されてしまう可能性があります。

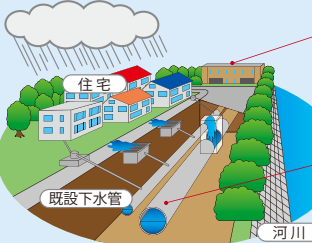
水害に負けない！東区内の水害や浸水を防ぐ施設

大雨の浸水から東区を守る！ 東雁来雨水ポンプ場 (東雁来12条4丁目)

札幌市では
25年ぶりの
新設ポンプ場！



東雁来地区と東苗穂地区の浸水対策として、
2018(平成30)年5月31日に併用開始したポンプ場！



【雨水ポンプ場】
拡充管で集めた雨水を河川へ放流し、地区の浸水を防ぐ。

【雨水拡充管】
大雨が降った時に既設下水管から溢れそうな雨水を流す。



豊平川の水害から東区を守る！ 豊平川札幌地区 河川防災ステーション (東雁来13条4丁目)



豊平川流域の洪水時には札幌市が行う水防活動を支援、緊急復旧活動の拠点として活躍！

主な機能・活動

●災害復旧資材の備蓄と輸送

ブロック 1,500 個や鋼矢板 1,500 枚を備蓄！



土のう(約2t/個)は420個備蓄！

●水防活動に必要な土のう袋などの資材を保管



折りたたみ式ボートも保管！

●洪水時の災害情報の収集・配信



豊平川流域の空撮写真が床に設置されている災害対策室は、洪水時の対策会議などで使用される。

●平時は防災学習やレクリエーションの場として活用

ポンプ場に集められた雨水は？

1 沈砂池

雨水に混ざっているごみなどを除塵機を使って回収。



2 ポンプ

沈砂池を通った雨水はポンプでくみ上げられる。



3 放流ゲート

くみ上げられた雨水はゲートを通して豊平川に放流。





ひがしくからの お知らせ

6月11日からの内容を掲載しています

- 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

テレビとアプリでお知らせ配信中！

イベントなどのお知らせは、地上デジタルのデータ放送（STV）5チャンネルと無料配信のアプリ「さっぼろ」で配信しています。



リモコンの「dボタン」を押してね！

6月に保険料の通知書が届きましたら 保険料の納付方法をご確認ください！

国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料が年金天引きとなっている方でも、**一時的に年金天引きが停止**となることがあります。年金天引きが停止となった場合、**通知書での納付または口座振替で納付する必要があります**（口座振替を希望される方は事前に申し込みが必要です）。

国民健康保険料の納付や相談について、夜間相談を行います。平日の日中、区役所へお越しにならない場合にご利用ください。
日時 6月20日（休）・27日（休）20時まで（受付は19時30分まで）。

国民健康保険料の 夜間相談について

会場 東保健センター。
対象 東区にお住まいで、①胃がんは原則50歳以上の偶数歳の方 ②大腸がんは40歳以上の方。
費用 ①700円 ②400円。減免制度あり。
申込 実施日の1週間前までに電話または直接窓口で申し込み。
詳細 健康・子ども課 健やか推進係
☎（711）3211

胃がん・大腸がん検診
日時 6月17日（月）（受付は8時45分～10時）。

第18回 地域ふれあいコンサート

伏古の夏に贈る音物語！札幌吹奏楽団や東栄中学校吹奏楽部、伏古小学校児童の演奏を楽しみませんか。

- 日時 7月6日（土）13時30分～15時（開場13時）。
- 会場 伏古小学校体育館（伏古8条5丁目2-1）。
- 費用 無料。伏古本町まちづくりセンター、東区民センター、ふしこ地区センター、苗穂・本町地区センターで配布中の入場整理券必要。
- 持ち物 上履き。
- 詳細 伏古本町まちづくりセンター ☎784-5534

北区東区合同 認知症市民フォーラム

～認知症の予防と気付き～

在宅医療と介護連携に関する市民シンポジウムを開催します。心優会中江病院の小林医師が、認知症の特徴・サインについて講演し、認知症にならないための予防についてもお話しします。

- 日時：7月7日（日）10時～12時。
- 会場：札幌サンプラザ 玉葉の間（北区北24条西5丁目）。
- 講師：小林清樹氏（心優会中江病院院長）。
- 費用・定員：無料。200人。
- 申込：当日、直接会場へお越しください。
- 詳細：保健福祉課保健支援係 ☎741-2465



障がいのある方へ ～在宅相談員をご紹介します

在宅で心身に障がいのある方の相談を受け付けています。

区分	氏名（敬称略）	電話番号等
肢体	安藤 節子	721-1192
	松原 壽雄	781-7017
	半田 敏昭	704-2717
	清水 明廣	090-3897-5353
難病	星田 智美	721-6246
	大崎 栄子	753-0165
視覚	石黒 宏和	782-8416
	沖村 圭子	FAX 787-9905
聴覚	加藤 廣信	FAX 784-6850
	加藤 静枝	FAX 752-0414
音声	高橋 勉	787-2000
	竹内 聖美	080-4581-7645
知的	深宮 しのぶ	080-4581-7644

詳細：保健福祉課福祉支援一係・二係 ☎741-2463

伏古本町まちづくりセンターの一時移転について

改修工事に伴い、7月1日（月）から仮庁舎で業務を行います。
※現庁舎での業務再開日につきましては、改めてお知らせいたします。

詳細：地域振興課まちづくり推進係 ☎741-2429



どうぞよろしくお願いたします





こそだてインフォメーション

幼稚園&認定こども園ってどんなところ？

幼稚園と認定こども園の違いや、入園前に知っておきたいことなど、幼稚園の先生がお話しします。

- 日時** 6月28日(金)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** 0歳～3歳未満(平成28年4月2日以降生まれ)のお子さんと保護者。
- 講師** 関戸利加氏(東区幼児教育支援員・ひがしなえほ幼稚園教諭)。
- 費用・定員** 無料。15組(先着順)。
- 申込** 6月14日(金)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

ベビーマッサージ

ベビーマッサージで親子の触れ合いを楽しみませんか。赤ちゃんとのスキンシップで絆が深まります！

- 日時** 7月4日(木)
①10時～10時45分 ②11時15分～12時。
- 会場** 東保健センター 2階講堂。
- 対象** 東区にお住まいで平成30年7月5日～平成31年4月4日生まれのお子さんと保護者。
- 講師** 鈴木美穂氏(ベビーマッサージセラピスト)。
- 費用・定員** 無料。各20組(先着順)。
- 申込** 6月12日(水)8時から市コールセンター ☎222-4894 に申し込み。
- 詳細** 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331



サンデーサロン(毎月第4日曜日開催)

平日はなかなか来られない方やお父さんも、お子さんとぜひ遊びに来てください。

- 日時** 6月23日(日)10時～12時。 **会場** ちあふる・ひがし(北9条東7丁目1-25)。
- 対象** 就学前のお子さんと保護者。
- 費用・申込** 無料・直接会場へお越しください。 **詳細** 東区保育・子育て支援センター(ちあふる・ひがし) ☎711-7807

第10回 ひがしくハッピー・タッピーコンサート

札幌大谷大学のコンサートホールで、ベートーベン生誕250年のプレ・イヤーにちなんだクラシックコンサートを開催！

- 日時** 7月24日(水)18時30分～20時(開場18時)。
- 会場** 札幌大谷大学大谷記念ホール(北16条東9丁目1-1)。
- 出演** 谷本聡子(札幌大谷大学教授：ピアノ)、青木晃一(札幌交響楽団、札幌大谷大学非常勤講師：ビオラ)、小野木遼(札幌交響楽団、札幌大谷中学校非常勤講師：チェロ)。
- 曲目** ピアノ三重奏曲第4番 変ロ長調「街の歌」Op.11、他。 **費用・定員** 無料。350人。
- 申込** 6月5日(水)～7月7日(日)8時～21時に市コールセンター ☎222-4894、HP <http://www.city.sapporo.jp/callcenter/uketsuke> に申し込み(応募多数の場合抽選)。7月10日(水)以降、当選者に整理券を郵送。
- 詳細** 地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2429



区内各施設の講座など

※この他の講座や詳細は、各施設のHP、地デジ・アプリ、冊子「イベント情報はこちらでチェック札幌市からののお知らせ」(配布場所：市内郵便局・区役所・まちづくりセンター・区民センター・地区センター)をご覧ください。各施設に直接お問い合わせください。

東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500
初心者歓迎♪楽しいウクレレ講座(全4回)
日時・費用 6/26,7/3,10,17(水)13時30分～14時45分・1,300円
要申込 6/11(水)10時から電話または直接窓口 **先着** 16人(ウクレレ持参、有料レンタルあり)

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323
親子でレッツクッキング～ピザ・タンドリーチキン・オニオンスープを作ります
日時・費用 7/20(土)10時～13時・1,000円(教材費含む) **要申込** 6/29(土)9時10分～20分に窓口で整理券配布(定員に満たない場合、以降電話または直接窓口で先着) **抽選** 6組(小学校4～6年生と保護者)

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833
若石式足もみ健康法
～足裏の反射区をもみほぐし体の調子を整えます
日時・費用 7/18(木)13時30分～15時30分・800円 **要申込** 6/21(金)9時から電話または直接窓口 **先着** 20人

栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005
栄地区サマーコンサート2019 響きわたるハーモニーを北の大地に
出演 札幌ハーモニカアンサンブル **演奏曲** いい日旅立ち、他
日時・費用 7/21(日)14時から(開場13時30分)・無料 **要申込** 6/17(月)から整理券配布 **定員** 200人

広告



東区子どもまちづくり体験塾

市内の公共施設を探訪し、地域の一員としてまちづくりを体験してみませんか？

今回は、地下鉄の車両基地で実施します！

開催日時：8月1日(木)9時10分～12時15分

地下鉄栄町駅に集合し、貸切の地下鉄に乗って、西車両基地（地下鉄二十四軒駅）へ向かいます。帰りは、東区役所または栄地区センターのどちらか希望する場所でバスから下車後、解散。

貸切の地下鉄で出発します！



対象 東区にお住まい、または東区の小学校に通う4～6年生。

定員 40人。 **費用** 無料。

申込日 7月1日(月)～17日(水)。

申込方法 東区民センター、区内各まちづくりセンター・地区センター、児童会館で7月1日(月)より配布する申込書に必要事項を記入し、地域振興課地域活動担当宛てに持参またはファクス、郵送で申し込み。

詳細 地域振興課地域活動担当
☎741-2429 FAX 722-2794

区内にお住まいの200人を無料で！

北海道コンサドーレ札幌の公式戦にご招待!! 東区民応援デー

対象試合 北海道コンサドーレ札幌 VS 松本山雅 FC。

対象日 7月7日(日)14時キックオフ。

会場 札幌ドーム（豊平区羊ヶ丘1）。

申込方法 ……………

【専用QRコードでの申込】下のQRコードを読み取ってください。（スマートフォンやタブレット端末のみ対応）

- 1 JリーグIDログイン画面に移動します。（IDをお持ちでない場合、取得が必要です）
- 2 当選者に入場QRコード取得用URL及びシリアルコードをメールで通知。当日は取得した入場QRコードを表示できる端末か、入場QRコードを印刷した用紙を持参してください。



【往復はがきでの申込】※スマートフォン等をお持ちでない場合宛先：〒063-0052 札幌市西区宮の沢2条3丁目4-1

北海道コンサドーレ札幌 東区民応援デー係（☎777-5310）
往信裏面に申込者（観戦希望者）の住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス、返信宛名面に返信先を記載してください。当選者には返信はがきを送付しますので、はがきをスタジアム内特設ブースでチケットと引き換えて入場してください。

※当選はがきでは入場できません。

《ご注意ください》はがき1枚で1人分の申し込み。未就学児は席が必要なければ入場券不要。消えるペンでは記入しないでください。

申込締切：6月17日(月) QRコード、はがき(17日の消印有効)共通

※応募多数の場合は抽選。締切後、1週間後をめどに当選者へ通知します。

※応募者の個人情報、(株)コンサドーレが適切に管理し、本件を含む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。

ふむふむ ひがしく



“食育月間”ってどんな取り組み？

毎年6月に、国や地方公共団体、様々な機関・団体が協力して「食育推進運動」を行っています。東区では、東保健センターでパネル展を行うほか、6月28日(金)には元町会館（北20条東20丁目）の子育てサロン「タマチャンきっず」で食育教室等も実施しています。

なお、毎月1日は野菜の日、4日は栄養の日、19日は食育の日ですので、一緒に食生活の改善に取り組みましょう！



6月は“食育月間”

東区では「食育月間」パネル展を行います！



開催期間

6月3日(月)～27日(木)

開催場所

東保健センター1階ロビー（玄関横）

食育に関するポスターやパネルを掲示。リーフレットやレシピも配布します。健康づくりの基本は食事から！健全な食生活実践のヒントを見つけてください。

詳細

健康・子ども課健やか推進係
☎711-3211

昨年の
パネル展の様子☆



食育教室にもぜひご参加を♪

広告

