

ていね

区民のページ

2019年

9月



手稲区マスコットキャラクター
ていぬ



手稲区30周年ロゴマーク



7～8月のできごと

手稲区は11月6日に区制30周年を迎えます



7月12日



手稲区・小樽市・石狩市の3市連携
飲酒運転根絶のための料飲店への啓発活動

7月14日



ていね夏あかり

7月19日



手稲西小学校で
「地域紹介マップ発表会」

7月28日



かるがわ
軽川に魚を放流する集い

8月3日



「前田ふれあいまつり」に手稲区
ふるさと大使 伊藤多喜雄さんが出演

8月9日



手稲はわふる☆きっずらんど

■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～

自分たちの命を守るために

～災害を知り、災害に備える～

昨年の北海道胆振東部地震のように、いつ発生するか分からない自然災害。災害発生時に自分の身を守ること（自助）はもちろんのこと、地域や身近な人同士で助け合うこと（共助）が、自分たちの命を守ることにつながります。もしものときに備えて、今一度考えてみませんか。

【詳細】総務企画課地域安全担当 ☎681-2425



※手稲区で想定される災害のイメージ図



地域の特性を知り、災害に備える

区内には、洪水による浸水区域や土石流など土砂災害の警戒区域に指定されている場所があります。自分の住む地域には、どのような災害発生の可能性があるか知っておくことが命を守るために重要となります。地域の特性を知り、いざというときに備えましょう。

詳しい防災情報は…

＼各種防災マップで確認！／



区役所 1 階 11 番窓口または
3 階総務企画課窓口で配布中
市ホームページからも確認可能

札幌市 災害 備え 検索

地域の災害発生危険度や非常持ち出し品など日頃の備え、避難場所・避難行動などは、**各種防災マップでチェック**して、いざというときに素早く行動できるよう準備しておきましょう。

※地震防災マップは 2018 年に全戸配布。洪水ハザードマップは 2019 年 9 月～10 月に全戸配布。

備蓄品や非常持ち出し品は全市版 4 ページでも確認できます。

ウソの情報に気を付けて！

昨年の地震では、根拠のない情報が SNS で拡散される事例が発生しました。災害発生時には、テレビやラジオ、公的機関など信頼できるところから正しい情報を入手しましょう。札幌市では、ホームページや防災アプリ「そなえ」から避難勧告等の避難情報や避難所の開設状況などを確認できます。



ダウンロードはこちら▶



iPhone 用



Android 用



家族や地域で共有し、災害に備える

地震など大規模な災害が発生した場合、消防や行政による救助（公助）が間に合わないことが予想されます。このため、多くの命を守るためには、家族や地域での助け合いが不可欠です。

自分と家族の安全を確保するとともに、隣近所をはじめとした地域で助け合える準備をしておくことが重要です。



自 助

家族間で災害時の連絡方法や避難場所などについて、日頃から話しておきましょう。



共 助

町内会など地域コミュニティで実施する防災訓練などに参加して、地域で防災意識を高めましょう。

地域で行われている防災活動の中から一例を紹介



▲ 防災活動の様子

昨年の地震をきっかけに今年度から防災訓練を始めました。地域防災・助け合いの意識を高めることで、もしものときに支え合う体制づくりを進めていきたいです。



富丘山の手町内会
さいとう かつし
会長 齊藤 克史 さん

防災訓練のほかにも、清掃活動やお祭りなど地域のイベントに積極的に参加して顔の見える関係づくりをしておくことが、「共助」の第一歩！

「体感型防災アトラクション®」参加者募集

「体感型脱出ゲーム」の要素を取り入れた防災体験イベントを実施します。親子や家族で謎を解きながら防災知識を学ぶことができます。ぜひご参加ください。



- | | |
|----------|---|
| 日 時 | 10月12日(土)①10時30分～11時40分（10時受付開始）、②13時30分～14時40分（13時受付開始）※①②は同じ内容 |
| 場 所 | 区民センター 2階区民ホール |
| 所要時間 | 70分（防災アトラクション30分+防災レクチャー40分） |
| 対 象 | 区内在住の小学4年生～中学3年生のお子さんとその保護者
※お子さんのみの参加不可。保護者の同伴が必要 |
| 定員・費用 | 各回先着100人（1組2～5人）・無料 |
| 申込方法 | 9月13日(金)～30日(月)に区ホームページ（下記QRコード®）から申込専用ページにアクセス、または市コールセンターへ電話で申し込み |
| 《申込先・詳細》 | 市コールセンター ☎222-4894 |
| 主 催 | ていねっていいね！区民の集い／地域振興課 |

災害現場などのシーンを再現した会場内で、散りばめられたヒントから謎解きをして、制限時間内の脱出を目指す、ゲーム形式の防災体験イベントです。



▲区HPに
アクセス！

手稲区からの お知らせ

9月11日～10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	141,749人（前月比 +2）
世帯数	59,659世帯（前月比 +26）
令和元年8月1日現在（国勢調査ベース）	

第30回手稲区長杯

争奪卓球大会

種目 ブロック別団体リーグ戦（4単・1複、3点先制方式）。1ブロックは、5チーム以内を基本とする。

日時 10月13日（日）9時～17時。

場所 手稲区体育館1階競技室。

対象 ①区内在住の方、②区内の卓球サークル・クラブなどに所属している方（学生、未成年者は除く）。

定員 先着40チーム（1チーム6～8人）。

費用 1チーム3千500円。

申込 区役所3階地域振興課と手稲区体育館で配布中の申込書に記入し、費用を添えて9月27日（金）13時～13時30分に同体育館1階多目的室で申し込み。

※申込日時を過ぎた場合、追

一日合同行政相談

加登録はできません。
※申し込みには、参加者個人の住所・氏名・年齢・電話番号が必要です。
（詳細） 地域振興課地域活動担当
☎（681）24445

内容 ①生活に関わりの深い

社会保険・年金・税金など、

②行政上の各種手続き、③民

事上の問題についての相談に

応じます。

参加機関など 国税局、司法

書士会、札幌年金事務所、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3日（木）10時～16時。

場所 区民センター3階視聴

覚室。

申込 当日、直接会場へお越しください。
（詳細） 総務企画課広聴係
☎（681）2432

ていね区生活応援ボランティア講座について

内容 高齢者の買い物支援、

通院や外出の付き添い、掃除

など、日常生活のちょっとした困

り事を住民主体で支えるボラン

ティアを養成する講座。

日時 10月16日（水）、17日（木）

13時30分～16時（全2回）。

場所 区民センター3階視聴

覚室。

定員 先着30人。

費用 無料。

申込 9月11日（水）から電話で

申し込み。

（申込先・詳細） 手稲区社会福

祉協議会（手稲区民センター1

冬季オリンピック・パラリンピック 手稲区民ミーティング

2030年の開催を目指して札幌市が招致活動を進めている冬季オリンピック・パラリンピックについて、手稲区にお住まいの皆さんのご意見を開催概要計画に反映するため、区民ミーティング（ワークショップ）を開催します。

日時 9月30日（月）18時30分～20時30分（18時受付開始）

場所 区民センター2階第1・2会議室

定員・費用 50人（多数時抽選）・無料

※参加者には1,000円分のQUOカードを差し上げます。

申込 9月18日（水）までに市コールセンターのホームページ、

または電話（☎222-4894）で申し込み

＜＜詳細＞＞スポーツ局招致推進部調整課 ☎211-3042



▲申し込みはコードから

手稲区 30 周年

令和元年度 手稲区健康っていいねフェア

区民の皆さんに健康情報と健康づくりの機会を提供するイベントです。ぜひ、ご参加ください。

日時 9月14日(土) 9時30分～12時30分 **場所** 区民センター、保健センター

※胃がん・大腸がん検診(予約者のみ)、肺がん検診は9時～11時30分受け付け

区民センター会場

- 脳年齢測定(先着30人)や肺年齢測定(先着100人)、カラダの衰え度チェック(先着70人)、薬剤師や保健師による各種相談
- 歯科医師や歯科衛生士によるお口の健康度チェック
- 北海道科学大学による腰痛・肩こり予防体操(先着70人)
- 医師会・薬剤師会・企業による健康講話(各先着定員あり)

保健センター会場

- 各種がん検診の受け付け
- 食生活改善展(食生活改善推進員のおすすめレシピの試食や食育パネル展。試食は11時から先着120食)
- 生活衛生展(手洗いチェックやパネル展)

ほかにも、各種パネル展や福祉団体によるパン・焼き菓子の販売コーナーなどがあります。

《詳細》保健センター ☎ 681-1211

胃がん・大腸がん検診のご案内

どんながんも早期では自覚症状がほとんどないため、定期的に検診を受けましょう！



種類	対象年齢	検査項目	実施場所	費用(※3)
胃がん検診	50歳以上で原則偶数歳の方 ※直近の偶数歳時に受診していない奇数歳の方は受診可	問診 胃部エックス線検査(バリウム検査)	保健センター(予約制※1) 北海道対がん協会札幌がん検診センター(予約制※2)	700円
			実施医療機関	2,200円
		問診 胃部内視鏡検査 ※健康保険証必須	北海道対がん協会札幌がん検診センター(予約制※2)	3,200円
			実施医療機関	3,500円
大腸がん検診	40歳以上の方	問診 免疫便潜血検査(2日法)	保健センター(予約制※1) 北海道対がん協会札幌がん検診センター(予約制※2) 実施医療機関	400円

月 日	受付時間	場 所	対 象
9月24日(火)	8時45分～10時	保健センター1階	職場などで検診を受ける機会の無い方

- ※1 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。
- ※2 北海道対がん協会札幌がん検診センター(東区北26条東14丁目)の予約は、☎ 748-5522へ。
- ※3 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、65～69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)。

《申込先・詳細》保健センター ☎ 681-1211

住民集団健康診査のご案内

月 日	時 間	場 所	月 日	時 間	場 所
9月11日(水)	9時30分～11時	山口団地会館(曙11-1)	9月18日(水)	9時30分～11時	曙第一会館(曙3-1)
9月12日(木)	9時30分～11時	前田会館(前田6-11)	9月26日(木)	9時30分～11時	富丘西宮の沢会館(富丘2-2)
9月17日(火)	9時30分～11時	市営住宅富丘高台集会所(富丘3-6)	10月5日(土)	9時～11時、 13時30分～15時	稲積記念会館(前田5-5)

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。

《詳細》保健センター ☎ 681-1211



手稲区 30 周年記念事業

手稲区 スポーツ・レクリエーション祭 2019



子どもから高齢者までの幅広い世代が、気軽にスポーツやレクリエーションを楽しめる「スポーツ・レクリエーション祭（愛称スポ・レク）」に参加してみませんか？今年では区制 30 周年を記念して、オリンピック出場経験もある、元女子バレーボール日本代表の成田（旧姓：大懸）郁久美さんがゲストとして登場します。



ソフトバレー体験コーナーに出演！



なりた いくみ

成田 郁久美さん

元女子バレーボール日本代表
アトランタとアテネ五輪に出場

いろいろなスポーツが体験できる！

ソフトバレー体験、ミニテニス、バドミントン、ピンポンバッチング、ストラックアウト、アイスホッケー体験、大なわとび、バスケットシュート、キックターゲット、体力測定、フロアカーリング体験ほか
※一部種目は開催時間が限られていますのでご注意ください。

日 時 9月29日(日) 10時～15時(9時30分開場、9時45分開会式)

場 所 手稲区体育館

費 用 無料

持ち物 上靴、外靴用の靴袋、水分補給のための飲み物

申 込 当日、直接会場へお越しください

＜＜詳細＞＞ 地域振興課地域活動担当 ☎ 681-2445



手稲区30周年記念イベント ていねっていいね！私が感じる手稲の魅力 ～これからの手稲に向けたメッセージ～



手稲区は 11 月 6 日に区制 30 周年を迎えます。これを記念したイベントを開催します。

内 容

- ・手稲区親善大使の三浦雄一郎氏によるスペシャルトークイベント
- ・区民参加型ワークショップ（フィンガーペインティング）

参 加
無 料

先 着
200 人

日 時

11月10日（日）13時30分～16時

場 所

区民センター 2 階区民ホール

申 込

以下のいずれかの方法で申し込み

- ①区ホームページ（<http://www.city.sapporo.jp/teine/>）にアクセスし、申込フォームに必要事項を入力
- ②区役所 3 階総務企画課で配布する募集チラシに記入し、ファクス（281-7554）で申し込み
- ③行事名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、学校名・学年（児童・生徒のみ）、返信先を記入し、ファクス（281-7554）で申し込み



当日は 1 階ロビーでパネル展も行います。

＜＜詳細＞＞ 総務企画課庶務係 ☎ 681-2425