

しろいし 区民のページ

2020年2月号

編集

白石区総務企画課広聴係
〒003-8612
札幌市白石区南郷通1丁目南8-1
TEL861-2410、FAX860-5236



白石区役所ホームページ おもしろいしWEB
www.city.sapporo.jp/shiroishi/



白石区の人口・世帯数 ※令和2年1月1日現在
人口 212,218人 (-10) 世帯数 110,364世帯 (+10)



白石区複合庁舎・白石区関連施設 お問い合わせ先

白石区複合庁舎		まちづくりセンター		その他の施設・機関	
白石区役所（代表）	☎861-2400	白石（本通1南）	☎861-8270	白石区土木センター（本通14南）	☎864-8125
白石保健センター	☎862-1881	東白石（本通13南）	☎861-9262	東部市税事務所（大谷地東2）	☎802-3912
ちあふる・しろいし	☎868-3160	東札幌（東札幌2-4）	☎811-9355	白石清掃事務所（東米里2170）	☎876-1753
白石区民センター	☎861-3100	菊水（菊水7-2）	☎811-9445	白石消防署（南郷通6北）	☎861-2100
白石区社会福祉協議会	☎861-3700	北白石（北郷2-3）	☎874-0293	東札幌図書館（東札幌4-4）	☎824-2801
えほん図書館	☎866-4646	北東白石（北郷3-12）	☎875-3077	白石区体育館（南郷通6北）	☎861-4014
		白石東（本通18南）	☎862-0813	白石区温水プール（平和通1南）	☎846-0004
		菊の里（菊水元町8-1）	☎871-2355	白石老人福祉センター（栄通6）	☎851-1551
				札幌国際交流館（本通16南）	☎866-3811
				札幌東税務署（厚別東4-4）	☎897-6111
				札幌東年金事務所（菊水1-3）	☎832-0830
				白石警察署（菊水3-5）	☎814-0110
				ハローワーク札幌東（月寒東1-3）	☎853-0101

市役所、区役所のどの部署に
聞いたらよいか分からないときには…

札幌市コールセンター

（8時～21時・年中無休）

☎222-4894、FAX221-4894

Eメール info4894@city.sapporo.jp

地区センター

北白石（北郷3-7）	☎874-8232
白石東（本通16南）	☎866-3000
菊水元町（菊水元町5-2）	☎872-7600

長生きを楽しむ人生を



仕事や子育て、介護など、忙しい時間を過ごしてきたご高齢の皆さん。最近、誰かと楽しくおしゃべりしていますか？白石区内の各地区に老人クラブがあり、交流を楽しんでいる人たちが大勢います。「老人クラブはまだ早い」「慣れない人間関係はちょっと」どうぞ、そんなことをおっしゃらずに。一步踏み出してみませんか？

老人クラブとは

老人クラブは、高齢者の知識、経験を活かし、生きがいと健康づくりのために、自主的に運営している団体です。会員同士のふれあいを通じて、高齢者の生活を豊かなものにしていきます。また、地域での社会貢献活動も積極的に行うなど、高齢者が互いに助け合い、親睦を深めています。

いつもの日々に活力を

川下会館で活動する『川下老人クラブ』で今年から会長を務める田澤俊子^{たざわしゅんこ}さん。どこにいてもときも笑顔で明るく、いつも大勢の人に囲まれています。

白石区老人クラブ連合会が主催し200人以上の会員が参加するダンスパーティー（写真①）では、全体の司会を担当し、会場を盛り上げました。

交通安全運動推進委員会と協力し、毎年行っているのが、小学校に入学する新一年生に贈る



参加している人たちも、皆さんとても楽しそうです。

入学
おめでとう



娘さん家族と一緒に暮らす田澤さん。田澤さんが明るいご家族もうれしそうです。

交通安全マスコットづくりです。子どもたちへ手渡し、交通安全を呼び掛けます（写真②）。
「いずれはみんな高齢者になりますよね。それでも元気に交流できるのは良いことです。一緒に食事をしたり、おしゃべりしたりして過ごす時間はとても楽しいですよ。ぜひ一度、体験に来てほしいです」と田澤さん。同居する娘さんは「母が元気で楽しそうにしているのが良いですよ」と話します。
毎日を家で人と話さず過ごしている方、そんな高齢の家族がいる方、老人クラブに参加して毎日に潤いを足してみませんか。



入って良かった『老人クラブ』ここが魅力！



夫婦で一緒に入会しました。パークゴルフやマーじゃんなどの趣味のほか、交通安全指導や花壇の整備といった、社会の役に立つ活動もしています。人とのつながりが持てることと、興味のあることを選んで参加できるのが魅力ですよ。

白石

明友会



やまもとよしひろ
山本良弘さん、フサ子さん

白石旭町寿会



誕生日のお祝いを兼ねて毎月開かれる定例会は、おしゃべりに花が咲きます。



近所の方に誘われて会に入りました。カラオケで交流したり、地域の高齢者施設を慰問したりと充実しています。



かわばたよしみ
河端芳三さん

東川下親和会



民舞や合唱を楽しむ人々には、大勢の方の前で発表する機会もあります。日頃の練習の成果を披露します。

退職し、何か社会に貢献したいと思い、昨年入会しました。会是新規会員も快く迎えてくれ、研修旅行も楽しめました。



さいとうひろし
斉藤裕さん

あなたの毎日に少し、彩りを与えませんか

➤ 普段は地域の活動に参加していなくても入れますか？

もちろんです。まずは見学にいらしてください。活動の様子をみてもらうだけでも構いません。楽しい時間が過ごせそうだと感じたら、ぜひ一緒に活動しましょう。

➤ 特に趣味らしい趣味もないのですが…

老人クラブでは、カラオケやパークゴルフ、マーじゃんや手芸など、活動は多岐にわたります。新しい楽しみとの出会いも魅力です。集まっておしゃべりするだけでも活力になりますよ。交通安全啓発など、地域貢献の活動に参加するのもいいですね。

➤ どこでどんな活動をしているのか知りたいのですが。

保健福祉課にお問い合わせください。老人クラブの活動場所・内容をご案内します。ホームページでも調べられますよ。

老人クラブの基本は、介護とフレイル（虚弱）の予防活動です。健康を保ち、明るく楽しい毎日を過ごしましょう。



白石区老人クラブ連合会 土肥勝夫会長

※ 老人クラブ連合会とは…

各地域で活動する老人クラブを発展させ、相互の交流を深めるための組織。健康イベントやスポーツ大会などを主催しています。

お問い合わせ
保健福祉課地域福祉係
☎861-2443、FAX861-2608
お気軽にご相談ください。



- ファクスで申し込む際は次の事項を記載してください。 ● 2月11日以降の情報を掲載。
①行事名 ②住所 ③氏名 ④電話番号またはファクス番号 ● 費用の記載のないものは無料。

白石区からの お知らせ



白石保健センターから

マジメシキッチン〜若者編



簡単なお弁当作りの講座です。おかずの作り方の実演のほか、調理実習も行います。
日時 3月10日(火)18時30分〜20時30分。
対象 区内に居住か通勤・通学する15歳(中学生を除く)〜39歳の方。
定員 20人(先着順)。
申込 2月12日(水)〜26日(水)に電話で。受付時間は9時〜17時(土・日曜、祝・休日を除く)。
www.city.sapporo.jp/shiroishi/life/health/health/majimeshi01.html からも可。

両親教室



人形を使った沐浴・着替えの実習を行います。お父さんは妊婦の疑似体験もできます。
日時 3月13日(金)18時〜20時30分。
対象 区内にお住まいの初妊婦と配偶者。
定員 45組(先着順)。
申込 2月25日(火)から電話か窓口で。受付時間は9時〜17時(土・日曜を除く)。
がん検診



①胃(バリウム)、②大腸(検便)、③肺(胸部X線)。
日時 3月23日(月)8時45分〜10時。
①②のみ予約が必要です。
対象 市内にお住まいで、①は原則50歳以上の偶数年齢の方、②③は40歳以上の方。いずれも職場などで受診できる方を除く。
費用 ①700円、②400円、③無料。

■国民健康保険■ 年に一度の「とくとく健診」。受診券の有効期限は3月31日(火)までです。

申込 ①②3月9日(月)までに、市コールセンターへ電話かファクス、Eメール(1ページ参照)で。受付時間は8時〜21時。その他 氏名・住所・年齢を確認できるものが必要。①②は費用の免除制度あり。③は追加検査(400円)が必要になる場合あり。詳細はお問い合わせを。
申込先・詳細 白石保健センター ☎(862)1881、FAX(864)2050

ちあふる・しろいしから

親子同室講座〜どうする? イイヤ期



日時 3月24日(火)10時〜10時40分。
対象 1歳6カ月から就学前までの子どもと保護者。9月実施の同講座を受講した方を除く。
定員 15組(先着順)。
申込 3月10日(火)から電話で。受付時間は10時〜17時(土・日曜、祝日を除く)。
申込先・詳細 ちあふる・しろいし ☎(861)1920、FAX(861)3160

明るい選挙啓発書道作品展

区内の小学3年以上の児童から応募があった書道作品のうち、入賞作品を展示します。

日時 2/13(木)〜2/18(火) 8時45分〜21時

※2/18(火)は16時まで

会場 白石区民センター

詳細 白石区選挙管理委員会事務局 ☎861-2406



広告



医療と介護を考える白石区民の集い

テーマ

家族で考える老後の暮らし ～介護の予防から施設まで～

老後に向けて知っておきたい「高齢者の健康づくり・介護予防」「ボランティア」「病院や薬局との関わり方」「介護保険制度・介護施設」について、それぞれの専門家が講演を行います。

日時 3月1日(日) 14時～16時30分

会場 白石区民センター

詳細 保健福祉課
☎861-2450、FAX861-2608

申込不要
無料

－ 専門家が語る5つのテーマ －

①総論（高齢化と健康格差、病院のかかり方）

医師 おがたかずひろ 尾形和泰氏

②かかりつけ薬局をうまく利用する

薬剤師 かわのひろき 河野裕樹氏

③知っていて困らない介護保険

介護支援専門員 いとうかずや 伊藤和哉氏

④ボランティアで健康長寿、支え合いで安全・安心なまちづくりを！

社会福祉協議会 さとうともひろ 佐藤朋紘氏

⑤高齢者が暮らしていく施設

医療ソーシャルワーカー ふじたこうじ 藤田幸司氏

札幌市×セイコーマート合同開催

シニア向け コンビニお仕事説明会



まちづくりに関する連携協定を結んでいる、札幌市と（株）セコマが共同で開催する説明会です。店舗での仕事内容や働き方を案内するほか、希望店舗があれば、その場で応募することもできます。

日時 3月10日(火) 14時～15時30分

会場 白石区民センター

対象 仕事を探しているおおむね60歳以上の方

定員 20人（先着順）

申込 2月11日(祝)～3月9日(月)に電話で。
受付時間は8時45分～17時。

申込先・詳細 就業サポートセンター
☎708-8321、FAX746-1701

各センターからのお知らせ

※対象や申込などの詳細は、各センターへお問い合わせください。

北白石地区センター ☎874-8232 FAX874-8241

パソコン講座

～エクセル3級レベル（活用）

日時 3/4(水)～3/23(月)の月・水曜。全6回。
19時～21時

申込 2/11(祝)～2/25(火) 9時～21時

安心生活講座

～お家の塗装（トラブル防止）

日時 3/7(土) 10時～12時
申込 2/11(祝)～2/29(土) 9時～21時

要申込：4,850円

要申込：無料

白石東地区センター

☎866-3000 FAX866-3270

くらしに役立つ情報セミナー

～改正相続のあらまし

日時 2/26(水) 10時～11時30分

申込 2/12(水)～2/19(水) 9時～21時

要申込：無料

菊水元町地区センター

☎872-7600 FAX874-1211

乳製品料理講座

日時 2/29(土) 10時～13時

申込 2/12(水)～2/19(水) 8時45分～20時

要申込：500円

図書室臨時休室 2/16(日) ※返却ポスト利用可

広告

白石区 150 年のあゆみ

白石区で、今につながる本格的なまちづくりが始まってから、今年で150年目を迎えます。このコーナーでは、白石区の歴史に関する事柄をお伝えしていきます。

【詳細】総務企画課 ☎861-2405

①宮城県白石市

白石区のルーツとなっているまち

白石市は、宮城県の南端に位置する人口約3万4千人の市です。約150年前、この地域にある白石城の城主・片倉小十郎の元家臣たちが、現在の国道12号沿い（白石公園付近から白石神社の間）に移り住み、まちづくりを始めたことが、「白石区」のまちのルーツになっています。



- 1: 白石市のシンボルの白石城（宮城県白石市益岡町）。
- 2: 入植当時から昭和初期までの様子を知ることができる白石郷土館（白石区複合庁舎1階）。
- 3: 白石市名産の弥治郎こけし（白石区複合庁舎1階に展示）。

白石市と白石区の交流

地域のお祭りを互いに訪問し、友好を深めるとともに、まちの魅力のPRなどを行っています。



- 4: 白石市の「白石夏まつり」の様子。白石区の町内会長らが訪問しています。
- 5, 6: 「白石区ふるさとまつり」で毎年大人気の白石市物産市。

また、令和元年に50回目の開催を迎えた弁論大会「白石区中学生の主張発表会」では、毎年白石市の中学生が発表に参加しているほか、優秀な成績を収めた白石区の中学生在が白石市を訪問し、交流を深めています。



白石老人福祉センター 令和2年度 定員制教養講座情報

講座名	曜日	時間	定員
皮革工芸	第1・2・3 火曜	13時～15時	12人
合唱	第2・4 火曜	10時～12時	50人
ヨガ	第1・2・3 水曜	(1部) 13時～14時 (2部) 14時15分～15時15分	各50人
絵手紙	第1・3 水曜	13時～15時	20人
オカリナ	第2・4 水曜	13時～14時30分	16人
生け花	第1・3 木曜	10時～12時	15人
やさしい英会話	第2・4 木曜	10時～12時	20人
健康マージャン	第1 日曜	(入門) 9時15分～10時45分 (初級) 11時～12時30分	各32人

対象

市内在住で、令和2年4月1日現在60歳以上の方（初めて受講される方が優先）。

費用

教材費実費。

申込

2月17日(月)～28日(金) 9時30分～17時にセンターの利用登録証または住所・氏名・年齢が確認できるものを持参の上、窓口で（多数時抽選）。

申込先・詳細 白石老人福祉センター「ひだまり」 ☎851-1551、FAX851-1598

