

ていね

2020年
8月

手稲区マスコットキャラクター ていね



【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

今月は、手稲区を代表する農作物
スイカと**カボチャ**を特集します。
この2つの作物が手稲の特産品になる
までには、知られざる歴史とともに、
生産者の努力や栽培環境による
おいしさの秘密がありました。

手稲の

自慢の味覚を

紹介します！

スイカのフルーツポンチ



ぼくの大好物のスイカ
とカボチャのお話だよ。
どんな秘話があるんだ
ろう。
次のページからの特集
を読んでみてね。



カボチャのチーズ焼き

料理（写真）のレシピは、手稲6ページをご覧ください。

手稲区役所 手稲区関連施設 お問い合わせ先

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 FAX 221-4894

✉ info4894@city.sapporo.jp

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

砂地 で受け継がれる



毎年、7月下旬から9月中旬までスイカが出荷されています！



スイカに含まれるカリウムは夏バテや疲労回復に効果的！



上品な甘さで魅了
サッポロスイカ

先人たちの努力により 生み出された特産品

札幌市の北西部に位置する手稲山口地域は砂地が多く、また、日本海から吹き寄せる冷風により、農作物の栽培が非常に難しい地域でした。このような環境の中で、砂地に適した作物を模索し、始まったのがスイカの栽培でした。当時は「山口すいか」という呼称で、その甘みと品質の良さから注目を集めました。

販売数を増やすため、宣伝活動にも力を入れ、狸小路や大通で「山口すいかまつり」を催し、試食販売や「山口すいか娘」というキャンペーンガールも登場しました。

また、スイカは連作が難しい作物のため、新技術を積極的に取り入れることで収穫量を増やしていきました。そのような努力の結果、1971（昭和46）年には、スイカの作付面積が200

ヘクタールを超え、手稲山口地域の農業はスイカ一色に。

その後、山口県産のスイカと紛らわしいことから、1975（昭和50）年に「サッポロスイカ」と名前を変え、全国各地へと販路を広げました。現在も札幌のブランド作物として親しまれています。



札幌市公文書館所蔵
1980（昭和55）年まで収穫したスイカを自分たちで市場まで運んでいました。

砂地で引き出す甘さ 一度ご賞味あれ

サッポロスイカの最大の魅力は「甘さ」です。スイカの糖度は平均11度程度のところ、サッポロスイカは11〜13度の甘さに

なることも。その甘さの秘密は、砂地にあります。水はけの良さと、昼夜の温度差が大きいことによりスイカの糖度を高くしてくれます。栽培方法も1株から2〜3玉を選別して育てることで品質の良いスイカへと成長します。

生産者の松森剛さんに聞きました！



スイカは黒と緑の縞模様ははっきりしているものを、カボチャは大きさの割にずっしりと重さを感じるものを選ぶと良いですよ！



手稲区には2つのブランド作物があることをご存知だろうか。今月は、かつて農業不毛の地と



カボチャは糖質のほか、ビタミン類を豊富に含む栄養の宝庫！



今も市場での評価が高く、初競りではどちらの作物も大盛況！

手稲の農業

大冷害の教訓から「大浜みやこ」誕生

気候に味と質を大きく左右されるスイカの生産は賭けに似ており、1980（昭和55）年の冷害では、スイカ農家はかつてない大打撃を受けました。そこで、低温に強く、スイカ作りのノウハウを生かせる作物を追求め、出会ったのが「みやこかぼちゃ」の種でした。大浜海岸に近いことから「大浜みやこ」と名付けられたこのカボチャは、築地の市場も認めるおいしさで注目を集めました。

おいしさの秘訣は「砂地」と「共撰」

大浜みやこはなぜおいしいのか。それは表面温度が高くなる砂地によって殺菌され、腐りにくくなるためカボチャを完熟まで置いておけるからです。さらに昼夜の温度差も加わって、糖

度が高く、栗のようなホクホク



おいしい作物を届けるため、生産者全員が厳しいチェックを行います。

感が際立つカボチャに育ちます。また、品質維持のための努力も惜しみません。形質の良い雌花と雄花を掛け合わせた品種を使い、4月上旬から5月下旬までかけてビニールハウスの電熱温床で育てた苗を畑に植え、形の良いカボチャを栽培します。そうしてできたカボチャを生産者が振り分けた後、専門の検査員が厳しい基準で検査し、クリアしたものだけを出荷する「共撰」という方法で品質を落とさず、味だけでなく「大浜みやこ」というブランド力を守り続けています。

「農業不毛の地」から見事な脱却。サップロスイカと大浜みやこは、まさに「砂地の恵み」といえるでしょう。

販売時期や場所など
知りたい方は

JAさっぽろ西経済センター

所在地：手稲区前田1条10丁目

電話：682-7161

営業時間：平日9時～17時、
土曜9時～12時（3月～10月）

たい肥などの有機物を使った健全な土作りに努め、農薬の使用を少なくし、安全安心な作物の生産に取り組むエコファーマー※の資格を生産者全員が取得しているんだよ



手稲山口地域 生産者の皆さん

いわれていた手稲山口地域から全国に出荷されているスイカとカボチャを紹介します。

手稲区からの お知らせ

8月11日～9月10日
の区内の情報です



■手稲区ホームページ

<http://www.city.sapporo.jp/teine/>

■手稲区広報番組「ていねっていいね!」

地域のイベントや防犯情報をお知らせしています



毎週水曜日10時45分～55分

コミュニティFM Radio Station

三角山放送局 76.2MHz

手稲区の人口・世帯数

令和2年7月1日現在 国勢調査ベース（前月比）

人口 141,753人（-10）

世帯数 60,100世帯（+11）

テレビとアプリで イベント・講座情報を配信中!



イベントなどのお知らせ情報は、テレビのデータ放送とスマートフォンアプリでご覧になれます（詳細は全市版17ページ）。

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載されている催し方が変更となる場合があります。最新の情報は、各記事の問い合わせ先にご確認ください。

国民健康保険料の納付と 夜間・休日相談について



内容 国民健康保険料の第2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 8月28日(金)20時まで。

休日相談日 8月の休日相談日はありません。次回の休日相談日は9月27日(日)の予定です。

◆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

夜間納税相談窓口開設

内容 毎週木曜日に夜間納税相談窓口を開設しています。平日の日中にお時間の取れない方は、この機会をご利用ください。

夜間相談日 毎週木曜日20時まで（年末年始、祝日を除く）。

場所 西部市税事務所②番窓口。

（詳細） 同事務所納税課納税係
☎(618) 3913

「男女共同参画」 公開学習会

内容 「あなたの身近に『男女共同参画』をテーマとした講演を行います。」

講師 札幌市男女共同参画課

日時 9月8日(火)18時30分～20時30分。

場所 手稲区民センター2階第1・2会議室。

定員 先着30人。

費用 無料。

申込 当日、直接会場へ。

（詳細） 地域振興課地域活動担当
☎(681) 2445

親子同室子育て講座 「トイレトレーニング」

内容 無理のない「おむつはずし」のタイミングや進め方を保育士がお話しします。

日時 8月25日(火)10時～10時45分。

場所 手稲保健センター2階講堂。

対象 1歳半から3歳のお子さんとその保護者。

定員 先着8組（託児なし）。

費用 無料。

申込 8月11日(火)から電話で申し込み（受付は9時～17時、土・日曜を除く）。

申込先・詳細 健康・子ども課
子育て支援担当 ☎(681) 1342



胃がん・大腸がん・肺がん検診



検診日 8月25日(火)（受付9時～10時）

場所 手稲保健センター1階

対象 **胃**：50歳以上の原則偶数歳（直近の偶数歳に受診のない奇数歳の方でも受診可）
大腸、肺：40歳以上

費用 **胃**（バリウム）：700円 **大腸**（検便）：400円 **肺**（胸部エックス線検査）：無料（問診結果により喀痰検査を行った場合は400円）※費用の免除制度あり。

申込 電話か窓口で事前に予約。肺がん検診のみ受診希望の方は氏名、年齢、住所を確認できるもの（健康保険証など）を持参して、直接会場へ。

※胃がん・大腸がん検診を受診の方は検診日1週間前までに同センター2階事務室にて検査用品の受け取りが必要。

《申込先・詳細》手稲保健センター ☎681-1211

住民集団健康診査

《詳細》 手稲保健センター ☎ 681-1211

月 日	時 間	場 所
8 月 26 日(水)	9 時～11 時	おおぞら町内会館（西宮の沢 2-5）
9 月 9 日(水)	9 時 30 分～11 時	山口団地会館（曙 11-1）
9 月 10 日(木)	9 時 30 分～11 時	曙第一会館（曙 3-1）

内 容	対 象	費用・持参書類
とくとく健診 (特定健診)	国民健康保険に加入している 40 歳以上の市民	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加入している市民	
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。

ごみの出し方に迷ったときは

(ガイド・アプリ・カレンダー) 環境局業務課 ☎ 211-2916
(ごみの出し方) 西清掃事務所 ☎ 664-0053

ごみ分けガイド

資源とごみの分け方・出し方や注意点のほか、大型ごみの申し込み方法、排出頻度が高い約 830 品目を 50 音順にした「ごみ分別辞典」などを掲載しています。



令和 2 年 9 月～令和 3 年 9 月のごみ収集日カレンダーを、
8 月 14 日(金)～9 月 18 日(金)に配布します（詳細は全市版 19 ページ）

ごみ分別アプリ

ごみの分け方・出し方などの情報を簡単に確認することができるほか、お住まいの住所を登録すると、ごみの収集日を知らせるアラーム機能もあります。



iOS 端末
(version12.0 以上)



Android 端末
(version5.0 以上)

広告

手稲区の特産品をおいしくいただく

～おうちで作って食べてみよう～

カボチャのチーズ焼き



＜材料＞ 4人分

- カボチャ 1/4 個
- バラベーコン 4 枚
- サラダ油 小さじ 1
- とろけるチーズ 50g
- 粗挽き黒こしょう 適量

＜作り方＞

- ① カボチャは種とワタを取り、軽くレンジで加熱して 5mm くらいの薄切りにする。ベーコンは 2cm 幅に切る。
- ② フライパンを熱し、サラダ油を入れ、ベーコンを炒め、カボチャを並べ、ふたをして弱火で蒸し焼きにする。
- ③ カボチャがやわらかくなったら、チーズをかける。チーズが溶けたら、黒こしょうを振る。

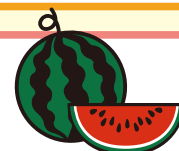
♪ワンポイントアドバイス♪

カボチャに多く含まれるビタミン A は、油と一緒に調理すると栄養素の吸収率がアップ！

甘みの強い大浜みやこは、「カボチャの天ぷら」や「カボチャのサラダ」などのシンプルな料理にぴったりなんだよ。



スイカのフルーツポンチ



＜材料＞ 4人分

- スイカ 1/8 玉
- メロン 1/4 玉
- ミカン缶詰 120g
- パイン缶詰 120g
- 黄桃缶詰 80g
- サイダー 300cc

＜作り方＞

- ① スイカは、できるだけ種を取り、一口大に切る。メロンも種を取り、一口大に切る。
- ② 缶詰は汁を切り、パインと黄桃は一口大に切る。
- ③ 器に①と②のフルーツを入れ、冷やしておいたサイダーを加える。

♪ワンポイントアドバイス♪

炭酸が苦手な方は、サイダーの代わりにシロップ（水 300cc、砂糖 50g、白ワイン小さじ 2 を加熱して冷やす）を使うのもおすすめ

スイカの白い皮の部分は、浅漬けとして食べられるんだ。種は炒めて塩味を付ければおつまみになるよ！



レシピ提供元：ていね食育ネットワーク※

※次世代を担う子ども達や若い世代の健康的な食生活を実践する力を育てることを目的に、区内の学校や食生活改善推進員協議会、手稲区などの団体が構成

手稲区ホームページでは他にもおすすめレシピを紹介中→

