

あの時の東区ニュース

東区で行われた過去の行事やイベントを写真で振り返る「あの時の東区ニュース」。今月は、昭和53年（1978年）9月に行われた丘珠神社秋季御例祭での丘珠獅子舞の奉納の様子を紹介します。



特集

地域を支える!!

東区のボランティア活動

今月は、ボランティア活動の始め方と東区で活躍する若者の活動事例を紹介します。



学生有償ボランティア団体「まごのて」の活動の様子



札苗北中学校の生徒の活動の様子



東区関連施設

東区役所（北11東7） ☎741-2400
東区土木センター（北33東18） ☎781-3521

東保健センター（北10東7） ☎711-3211
北部市税事務所（北4西5 アスティ45 9階） ☎207-3912
東清掃事務所（丘珠町873-1） ☎781-6653
東消防署（北24東17） ☎781-2100

まちづくりセンター

鉄東（北9東5）	☎721-3105	元町（北20東20）	☎781-5375
北光（北18東5）	☎721-1271	伏古本町（伏古3-3）	☎784-5534
北栄（北25東7）	☎721-6336	丘珠（丘珠町183-2）	☎781-4283
栄西（北39東4）	☎752-9536	札苗（東苗穂7-2）	☎783-3608
栄東（北41東14）	☎711-2203	苗穂東（苗穂町3）	☎742-4427

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



地域を支える!!

東区のボランティア活動

福祉ニーズの多様化に伴い生活支援などの課題が増加している今、地域を支えるボランティア活動が必要とされています。今月は「ボランティアに興味はあるけど、参加するにはどうしたら良いの?」「具体的にどんな活動内容があるの?」「身近な場所の活動を知る方法は?」などの疑問にお答えします!

「いつ」「どこで」「どんな」を確認!

ボランティア活動に興味を持ったら、まずは「いつ」「どこで」「どんな」活動ができるのかを知るところから始めましょう!

いつ

自分に合う
活動の期間は?

不定期で...空いた時間を使って参加。使用済み切手やリングプル、ペットボトルキャップの収集など。
定期的に...週ごとや月ごとなど、一定の日を決めて参加。グループ活動・施設の活動など。

1日のみ...単発のイベントや行事に参加。ごみ拾いやレクリエーション、バザーなど。

数日のみ...数日間のイベントや行事への参加。夏祭りのボランティア活動など。



※紹介しているボランティア活動は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、活動を休止・制限している場合があります。

どこで

活動する
場所は?

家庭・地域で...訪問や見守り、子育て支援、防災活動、外出介助、地域文化の保全活動など。

福祉施設で...書道・手芸・楽器など特技を生かす活動、バザーやイベントに対する協力、作業の手伝い、子どもの遊び相手など。

広域・国際的に...国際文化交流、環境・自然保護、観光ガイド、被災地支援、献血など。

学校・職場で...募金、ボランティアサークルへの参加、リサイクル活動など。



活動の
内容は?

どんな

人と関わる...《高齢者と》お話し相手、地域の人々が交流する「ふれあい・いきいきサロン」の運営、外出介助など。《障がい児・者と》生活支援、余暇支援、朗読、要約筆記など。《子どもと》不登校、引きこもりの子どもたちのサポート、里親など。

特技を生かす...うた、踊り、パソコン、料理、スポーツなどを通じた人との交流。

自然・環境を守る...まちの美化、リサイクル活動、エコロジーへの取り組みなど。



ボランティア活動を始めたい!と思ったら...

方法1 窓口で相談する

東区社会福祉協議会や札幌市社会福祉協議会ボランティア活動センター(☎623-4000)に相談してください。相談することでボランティアのイメージが膨らみ、自分に合った活動を見つけることができます。

方法2 講座に参加する

東区社会福祉協議会などが開催するボランティア講座への参加から始めるのもオススメです。車いす介助の方法など、役立つ内容が学べます。同じ目的意識を持つ仲間と知り合うきっかけにもなります。

ボランティア体験から始めるという方法も!

いろいろな活動を体験して自分に合った内容を見つけたいという場合は、東区社会福祉協議会などが紹介する、「ボランティア体験」への参加がオススメです。

ボランティア活動の相談やボランティア講座に関する問い合わせは

東区社会福祉協議会 北11条東7丁目東区民センター1階 ☎741-6440 FAX 721-6444

若者も活躍しています!!

東区でのボランティア活動
事例をご紹介します☆

「高齢者の方から
見て孫世代だから」
「かゆいところに手が届く
支援をしたい」という
由来から団体名が
決まりました♪

高齢者や障がいのある方を支援!

北大生を中心とした

学生有償ボランティア団体 まごのて

東区を主なエリアとしてボランティア活動をしている「まごのて」。生活支援が必要な高齢者や障がいのある方を主な対象として、買い物代行やごみ出しなどを行っています。

料金は、活動内容やメンバーの人数に関わらず、10分以内100円、30分500円（それ以降30分延長ごとに500円）。

メンバー随時募集中!
活動に興味がある方や
活動の依頼は
magonote.otasuke
@gmail.com まで!

社会人メンバーも募集しています!
興味がある方はぜひ連絡を!



庭の草刈りや窓拭き、大型ごみを出すお手伝い、パソコンの操作補助など、いろいろな生活支援の活動をしています。

活動を通して感謝の言葉をいただいたり「またお願いね」と言ってもらえることも多く、大きなやりがいを感じています。今後は活動の場を増やし、地域の皆さんに認められる団体になっていきたいです。



かはら わかな
梶原 若奈さん



さわだ ゆう
澤田 優さん



まし まし
真島 康登さん



やました れい
山下 怜さん

学校周辺で除雪ボランティア!

札苗北中学校 野球部 & サッカー部

札苗北中学校では、市内の町内会や学校、企業などを対象に札幌市が除雪用具を貸し出す制度を利用した、除雪ボランティアを令和2年度から行っています。今年2月の活動では、野球部とサッカー部の部員たちが、学校周辺の歩道の除雪や、横断歩道の幅を広げるために雪山を削ったり、雪で埋まった消火栓を掘り起こしました。同校では、今後もこの活動を継続していきます。

お世話になっている用務員さんに恩返しをしたいと思い、雪かきをしていました。また、部の目標である「応援されるチーム」になるため、地域の方の助けになりたいと思い、活動しました!

野球部 3年生
かんだ ゆうと
神田 悠翔さん



学校
オリジナルの
除雪用具
掛け



サッカー部 3年生
たま まさと
玉井 温人さん

人のために貢献したいという思いもありますし、自分たちの冬の基礎トレーニングにもなるので、楽しめてやっていたと思います。次の冬もたくさん雪かきしたいと思います!



冬に向けて…「福祉除雪 地域協力員」を募集中です!

< 福祉除雪とは >

高齢者や障がいのある方を対象として、道路に面した住宅の出入口部分と玄関先までの通路（敷地内）を除雪する福祉除雪事業です。今冬の活動に参加していただけの個人・企業・団体を募集しています!

【活動期間】令和3年12月1日(水)~令和4年3月25日(金)。

【除雪日時】道路除雪が行われた日の正午ころまで(原則1日1回)。

【除雪範囲】道路に面した出入口部分はおおむね幅1m50cm。
敷地内は歩行に支障のないおおむね幅80cm。

【担当世帯】1世帯から可(1世帯を複数の方で担当するのも可)。

【活動費】活動期間終了後(3月末)、担当1世帯につき21,000円をお支払い。

申し込み方法など詳細については、東区社会福祉協議会(☎741-6440)へ。





東区のお知らせ

東区人口

令和3年8月1日現在（国勢調査ベース）

人口 265,523 人（前月比 -36）世帯数 132,312 世帯（前月比 +61）

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「さっぽろ」で配信しています。



9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

www.city.sapporo.jp/higashi/

ようこそひがし

検索

●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

胃がん・肺がん・大腸がん検診

日時 9月13日（月）、10月4日（月）（受付は9時～10時）。

会場 東保健センター。

対象 東区にお住まいで、①胃がんは50歳以上の原則偶数歳の方、②肺がん③大腸がんは40歳以上の方。

費用 ①700円②無料（喀痰細胞診400円）③400円。減免制度あり。

定員 40人（先着）。

申込 実施日の一週間前までに電話または直接窓口で申し込み。

※胃がん検診はバリウム検査です。内視鏡検査を希望される方は（公財）北海道対がん協会または実施医療機関でご予約の上、受診してください。

詳細 健康・子ども課健康やか推進係 ☎（711）3211

市税は納期限までに納付を

市税は納期限までに納付が必要です。ご事情（病気・災害など）により、納期限までに納付できない方はご相談ください。ご相談の際には、収支の状況が分かる書類が必要です。毎週木曜日（祝日を除く）に20時まで夜間納税相談を行っています。ご利用ください。

相談先・詳細 北部市税事務所（中央区北4西5アステイ459階）納税課納税係 ☎（207）3913

〈国保・介護・後期〉保険料の夜間相談日

国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料の夜間相談を行います。平日の日中（8時45分～17時15分）、区役所へお越しになれない際にご利用ください。

※納付相談以外の手続きは受付できませんので、予めご了承ください。

日時 9月22日（水）・30日（木）20時まで（受付は19時30分まで）。

相談先・詳細 保険年金課収納係（1階9番窓口） ☎（741）2536

第20回東区老連シニアフェスティバルの延期

9月に開催を予定していた東区老連シニアフェスティバルは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため延期いたします。今後、開催内容の変更や中止となる可能性があります。詳細が決まり次第、この「ひがし」からのお知らせ「ページ」でお知らせします。

詳細・問い合わせ先 東区老人クラブ連合会 ☎（751）1618または保健福祉課 ☎（741）2459

食生活改善推進員（ヘルスマイト）養成講座受講生の募集

食を通じた健康づくりを広めるボランティアの養成講座です。東区では約90人の推進員が活動しています。あなたも一緒に活動しませんか？

日時 10/11（月）、10/18（月）、10/25（月）、11/2（火）、11/8（月）、11/15（月）の全6回、10時～12時。

会場 東保健センター講堂（北10条東7丁目1-20）。

対象・定員 東区にお住まいで全日程受講でき、講座修了後に食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方。15人（先着）。

費用 テキスト代1,210円。

申込 9月13日（月）～9月27日（月）に電話、または直接窓口で申込。受付は平日8時45分～17時15分。

詳細 健康・子ども課 ☎711-3211

こそだてインフォメーション

サンデーサロン（毎月第4日曜日開催）

平日に子育てサロンに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 9月26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





区役所や区民センターの駐車場は大変混雑し、お待ちいただく場合があります。できるだけ公共交通機関でお越しください。

～道路や公園のお掃除などにご活用ください～

無料のボランティア袋(ごみ袋)をお渡ししています

ボランティア袋は、市内の公共の場所のボランティア清掃で集めたごみを、燃やせるごみや燃やせないごみとして、ごみステーションに出すときに使うことができるごみ袋です。

《使用できる場合》

- ・公園や道路などのボランティア清掃で集めたごみ(400ℓ未満)
- ・街路樹から私有地に飛散した落ち葉
- ・ごみステーションの散乱ごみ

《使用できない場合》

- ・ごみステーションの違反ごみ
- ・私有地や団地などから出るごみ
- ・地域のイベントや祭りで出るごみ
- ・清掃事務所が直接回収に来る場合など



配布場所

東区役所 3 階 30 番窓口ほか、各まちづくりセンター、東清掃事務所、東区土木センターで配布しています。

詳細・問い合わせ先

地域振興課まちづくり推進係 ☎741-2429

9月20日(祝)～10月19日(火)は

東区民総ぐるみの

あいさつ・声かけ運動

重点推進月間です。

気軽にあいさつをし、声をかけあうことで人と人との交流が進み、地域全体の「きずな」が育まれます。お互い笑顔であいさつし、声かけをして、安心で安全なまちづくりを進めましょう。

あいさつ・声かけ運動標語



- ◆ご近所で、あいさつ、声かけ、助けあい
- ◆声かけから始めよう、安全なまち
- ◆あいさつ・声かけ・助けあい、心が通うまちづくり

詳細 総務企画課地域安全担当 ☎741-2409

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。

東区民センター 北 11 条東 7 丁目 1-1 ☎ 742-5500

親子で楽しむ人形劇

親子一緒に人形劇を楽しみましょう♪

日時 9/25(土)、13時30分～14時30分。

対象 未就学、もしくは小学校低学年のお子さんと保護者。

費用 無料。

定員 20人(先着)。

申込 9/13(月)から電話または直接窓口で申込。受付は10時～17時。

栄地区センター 北 36 条東 8 丁目 1-25 ☎ 704-6005

洋裁初心者さん向け！かんたんリメイク講座

着物地でチュニックを作ろう！初心者向け講座です。

日時 10/11(月)、10/25(月)の全2回、13時～16時。

対象 15歳以上の方(中高生を除く)。

費用 1,800円(教材費含む)。※着物の生地はご持参ください。

定員 6人(先着)。

申込 9/14(火)から電話で申込。受付は9時～17時。

掲載したイベントは内容の変更や、中止、延期となる場合があります。事前に開催についてお問い合わせの上お出掛けください。

広告





東区ならではの魅力的な場所
や建物などをご紹介します。
シリーズ第一弾！

東区再発見 ①



株式会社さっぽろ村ラジオ
住所：北9条東7丁目1-1
(本社およびA・Bスタジオ)
お問い合わせ等は、下記ホームページ
内のメッセージ・リクエストフォーム
をご利用ください。
ホームページ URL：www.fm813.jp

コミュニティ FM 放送局 さっぽろ村ラジオ

市・町・村などを放送エリアとするコミュニティ FM 放送局は、より地域に密着した生の情報を発信する放送局です。東区のコミュニティ FM 放送局「さっぽろ村ラジオ」では、コミュニティ FM 放送局ならではの特徴（地域密着性、市民参加、より細やかな防災・災害情報の提供）を生かした、いろいろな情報を発信しています。



東区唯一のコミュニティ FM 放送局です。平成 15 年（2003 年）4 月に開局し、コミュニティ FM 放送局として、地域のイベント情報や企業紹介、交通情報など、いろいろな情報を発信しています。ご要望があればぜひメッセージリクエストフォームまでお寄せください。



株式会社さっぽろ村ラジオ
駒嶺社長

2 階



1 階



札幌村郷土記念館

住所：北13条東16丁目2-6
開館時間：10:00～16:30（入館 15:30）、入場無料
定休日：月曜・祝日の翌日・年末年始（12/29～1/5）
電話・FAX：782-2294
現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため休館中です。
最新情報は電話でお問い合わせください。
ホームページ URL：www.ncf.or.jp/wg/higashiku-nc/kinenkan/sapporomura.html

札幌村郷土記念館

大友亀太郎に関係する資料や、幕末から明治初めにかけて盛んになっていったタマネギ栽培に関する農機具など、当時の歴史資料を多数展示しており、札幌市指定有形文化財に指定されています。また、この場所にはかつて大友亀太郎の役宅があったことから札幌市指定史跡に、大友亀太郎の事績と大友堀遺構は、北海道遺産に選定されています。



札幌村役場庁舎模型を囲んで
左：山田館長
右：玉井事務局長

当館では、幕末から明治初めにかけての開拓の歴史を知る上で重要になる貴重な資料を多数展示しています。当時の人たちがどのような生活をしてきたのか知ること、「どんなことに困り、乗り越えてきたのか」が見えてきます。それは、現在そして将来に生かすことのできる知識になります。ぜひ一度、札幌村郷土記念館にお越しいただき、東区と札幌、その開拓の歴史に触れてみてください。

