

ていね

区民のページ

2021年
12月



手稲区マスコットキャラクター ていね

【編集】

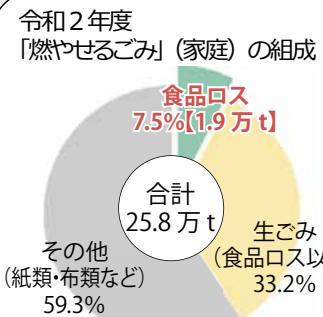
手稲区役所総務企画課広聴係
〒006-8612 手稲区前田1条11丁目
☎ 681-2432 FAX 681-6639
✉ te.somu@city.sapporo.jp



食べ物を無駄にしないために ～食品ロスを減らそう～

クリスマスや年末年始などいろいろな行事のあるこれからの季節は、普段よりも食を楽しむ機会が増えます。しかしながら食事の量が増えると、食べ残しや手つかずの食品をごみにしてしまう“**食品ロス**”が生じやすくなります。

今回は、そんな食品ロスを少なくするために、普段の生活の中で実践できるちょっとした「こつ」を紹介します。



令和2年度に家庭から出た
「燃やせるごみ」のうち、**食品ロス**は7.5%を占める**約1.9万t**となっているんだ。捨てる必要なない食べ物が、市民1人当たりに換算すると、年間**約9.6kg**もごみになっているんだね。



詳細 環境局循環型社会推進課 ☎ 211-2928

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
聞いたらいよいか分からぬときには…

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
稻穂金山（稻穂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

買い物前に冷蔵庫の中身をチェック！

「食材や調味料などを、不足すると思って購入したら、家の冷蔵庫にまだ十分な量があった」というのは、ついやってしまいがちなミスです。その後どちらも使い切れるのであれば問題ありませんが、使い切れず消費期限が切れてしまったら食品ロスになってしまいます。

買い物前には「今冷蔵庫に何があるのか」を確認するようにしましょう。



中身を確認しやすくなる 冷蔵庫の片付けのポイント



ポイント①

用途や期限の近さなどで分類し、仲間を同じ箇所にまとめる

ポイント②

「この調味料はこの位置」などのように、指定席を決める

ポイント③

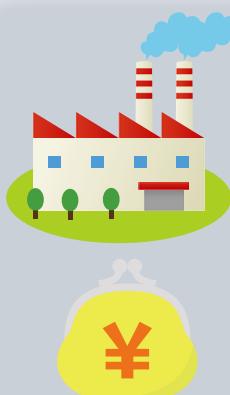
作りおきの料理などは、中身が見える透明な保存容器に入れる

何がどのくらいあるか一目でわかると、使い忘れや買い過ぎを防止できるよ。



まとめ買いはよく考えてから！

「箱買い」や「まとめ買い」をすると割引きがあってお得な場合があります。しかし期限内に食べ切れない、食品ロスになります。家計の支出においても「ばら売りを買ったほうが安かった」と、かえって損をすることもあります。消費期限内に食べ切れるかどうか、よく考えてから買いましょう。



そもそも… なぜごみを減らした方がいいの？

ごみの運搬や焼却処理の際には、地球温暖化の原因となる二酸化炭素が発生するので、ごみを減らすことは、地球環境を守ることにつながります。

また、ごみの処理や運搬、処理設備の維持などの経費として、札幌市は毎年200億円以上を支出しています。家庭ごみを減らすと、有料ごみ袋にかける家計の支出を節約できるだけではなく、市の財政の面でも、節約ができます。

食品ロス削減のこつ その3

使い切りレシピを活用しよう！

家庭から出る食品ロスのうち、約3割は生鮮野菜です。正しい保存方法で長持ちさせることに加え、野菜を短期間で使い切ることが重要です。野菜を部分的にではなく丸ごと使用するレシピを活用することや、余ってしまった分量を他の料理で使うことが、野菜の食品ロス削減につながります。

キュウリ5本を
まるごと消費！

麻婆キュウリ



《材料》(4人分)

キュウリ	5本
豚ひき肉	200g
長ネギ	40g
ニンニク	1片
ショウガ	10g
塩	少々
ごま油	大さじ2
トウバンジャン	小さじ1
◎砂糖	小さじ1
◎酒	大さじ3
◎しょうゆ	大さじ3
◎テンメンジャン	大さじ2

《作り方》

- ①キュウリは縦半分、斜め1cm幅に切り軽く塩をふる(a)。長ネギ、ニンニク、ショウガはみじんぎりにする(b)。
- ②◎の調味料を合わせておく(c)。
- ③フライパンにごま油を熱し、トウバンジャン、豚ひき肉を炒め、(b)を加えて香りが出てきたら、水気を絞った(a)と(c)を入れる。サッと炒めたら完成。

食品ロス削減のこつ その4

食べ切れる量だけ作ろう！

家族の人数を考えて、食べ切れる量を作りましょう。記念日や行事など、特別な日にはたくさんのごちそうを食べたくなるものですが、適正量の食事をすることは、ごみの削減だけでなく、健康にも役立ちます。

もしも余らせてしまった場合には、別の料理にリメイクするなどして、食べ切ることを心掛けましょう。



外食でも 適量の注文を



食品ロス削減には、外食においても適量の料理を注文し、食べ切ることが大切です。普段から自分自身の食事の適正量を意識しておき、食べ切れると思う量を注文しましょう。出された料理を出来立ての最もおいしい状態で味わうこと、食べ残し防止につながります。

食品ロスやごみの減量について、もっと知りたい場合は…

「日曜日は冷蔵庫をお片づけ。」



冷蔵庫の片付けテクニックや食品の保存方法、野菜の使い切りレシピなどを詳しく紹介しています。

区役所1階⑪窓口で配布しているほか、HPでもご覧になります。

「さっぽろゴミコミュニケーション」(公式Facebook)



札幌市環境局のごみ減量キャンペーン公式SNSです。日常生活の中でごみを減らすこつや、ごみ減量に関するキャンペーン・イベント情報などを発信しています。

*新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載内容は変更となる場合があります。

☎(681) 2575 詳細
国民健康保険料の納付について
◆**口座振替のご利用を**

内容 国民健康保険料の第6期納付期限が過ぎています。
お忘れの方はお早めに納付ください。
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。
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、預貯金または区役所保険年金課へ。



国民健康保険料の納付について

対象 職場などで検診を受けられる機会のない方で、胃がん検診は50歳以上（直前の偶数年齢時に受診していない場合）奇数年齢でも可）。大腸がん、肺がん検診は40歳以上の方。
費用 胃がん検診（バリウムは400円、大腸がん検診（検便）は40円、肺がん検診（検査結果により喀痰検査を行つては40円）。



胃がん・大腸がん・肺がん検診について

手稲区からのお知らせ



12月11日～1月10日の区内の情報です

■手稲区ホームページ

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（前月比）

令和3年11月1日現在 国勢調査の速報値に基づく推計

人口 142,792人 (-8)

世帯数 61,460世帯 (+22)

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18ページ）。



これからの季節は ノロウイルスにご注意を



手洗い
トイレの後や料理・食事の前後、帰宅時にはしっかりと。

加熱



食品は中心部まで。
85°C～90°Cで90秒以上を目安に。

塩素・熱湯消毒



アルコールは効きにくいので塩素系漂白剤や熱湯で消毒を。

詳細 健康・子ども課生活衛生担当係 ☎ 688-8598

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。
※胃がん・大腸がん検診を受診の方は、検診日の1週間前までに保健センター2階健康・子ども課にて、検診用品の受け取りをお願いします。

**タ 1 ☎(681) 1 2 1 1
申込先・詳細 手稲保健セン**

札幌市自治振興功労者表彰

地域の発展に大きく貢献された方の功績をたたえる「札幌市自治振興功労者」として、手稲区からは多年にわたり地域住民活動に尽力された2人が受賞されました。心よりお祝い申し上げます。

- 星置連合町内会会長
- 星置弘星町内会会長

おおひがし
大東 紘さん



- 手稲稻山連合町内会副会長
- 稻山第3町内会会長

たかくわ
高桑 千賀子さん



詳細 地域振興課まちづくり推進係 ☎ 681-2445

令和4年手稲区成人式のご案内

■ 日時 令和4年1月9日(日) ◎混雑緩和のため**二部制**で実施します。

第一部 開場11時、式典11時30分～11時45分、閉場12時30分

対象 稲陵中学校、稲積中学校、前田中学校、前田北中学校、新陵中学校をご卒業された方



第二部 開場15時、式典15時30分～15時45分、閉場16時30分

対象 手稲中学校、稻穂中学校、手稲西中学校、星置中学校、宮の丘中学校をご卒業された方

■ 会場 手稲区体育館(曙2-1)

※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

■ 対象 平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた方

- 区内に住民登録のある方には、12月上旬に入場券と案内状をお送りいたします。
入場の際には入場券が必要ですので必ずお持ちください。
- 手稲区内の中学校を卒業されていない方や、区内に住民登録がない方が出席を希望される場合は、12月20日(月)までに事務局(下記詳細)までご連絡ください。
- 新成人ご本人のみが入場できます。(介助者の同行が必要な場合はお問い合わせください)



- 会場内では、マスクの着用や手指消毒等、新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。
- 入場時に体温測定を実施いたします。体温が37.5℃を超える方のご入場はお断りさせていただきます。
- 新型コロナウイルス感染症の影響により、変更・中止となる場合があります。最新の情報はHPをご確認ください。



■ 主催 手稲区成人の日行事実施委員会



詳細 (手稲区成人の日行事実施委員会事務局)
地域振興課地域活動担当係 ☎ 681-2445

●たんすや食器棚などの家具は固定し、地震による転倒を防ぎましょう。

HUSキャンパスイルミネーション2021

in あいくる

詳細

地域振興課まちづくり推進係

☎ 681-2445

■期間 12月1日(水)～26日(日)

■会場 JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1-4)

※写真は昨年の様子



2017年、北海道科学大学開学50周年を機にスタートしたHUSキャンパスイルミネーション。

5回目となる今年は、感染症拡大防止のため、大学構内へ立ち入ってイルミネーションを鑑賞することはできませんが、JR手稲駅自由通路「あいくる」において一部の展示を行います。

「あいくる」では、大学構内にも展示される光のオブジェや、オブジェをデザインした同大学客員教授Mie氏のステンドグラス作品を展示するほか、会場を訪れるみなさんの声で作るハートのメッセージボードを昨年に引き続き設置します。

年末年始の業務案内

全市版20、21ページもご覧ください。

●区役所などの窓口業務

12月29日(水)から1月3日(月)まで、区役所、保健センター、土木センター、各まちづくりセンターは休みです。

※区役所駐車場の古紙回収ボックス、区役所正面玄関の小型家電回収ボックスも利用できません。

※出生・死亡届など戸籍に関する届け出は、休み中も区役所当直室で受け付けます。

●ごみの収集

年内は12月30日(木)まで収集を行い、12月31日(金)から1月3日(月)までごみの収集を休みます。各地区的収集日は「札幌市家庭ごみ収集日カレンダー」をご確認ください。大型ごみの受け付け・収集日は、全市版21ページをご覧ください。詳細は西清掃事務所(☎ 664-0053)までお問い合わせください。



●区民センター、手稲コミュニティセンター、各地区センター

12月29日(水)から1月3日(月)まで休館します。この期間中に受け付けを開始する貸室の使用申し込みは、12月28日(火)に繰り上げて受け付けします。なお、図書室の休室期間は以下の通りです。

- ・手稲コミュニティセンターの図書室は、12月28日(火)から1月3日(月)まで休室(本の返却は28日のみ可能)
- ・新発寒地区センターと星置地区センターの図書室は、12月29日(水)から1月3日(月)まで休室

広告