

# 笑顔つながるまち きよた 2022.11 清田

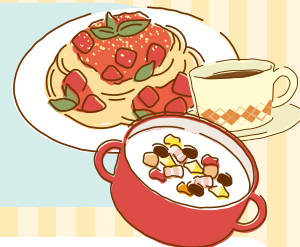
【編集】清田区市民部総務企画課広聴係 ☎889-2400(代表) FAX 889-2402 E kiyota.somu@city.sapporo.jp HP www.city.sapporo.jp/kiyota/  
〒004-8613 清田区平岡1条1丁目2-1



## 清田区は11月4日で誕生から25周年!



### きよたマルシェパスポート スタンプラリー



#### ① パスポートをゲット

区役所や参加店舗で無料配布しているパスポートを入手(1人1冊)



#### ② 食べる・買う

参加店舗27店で飲食や買い物を楽しんでスタンプをもらいます(スタンプは1店舗につき1個限り)



#### ③ 集めて応募

スタンプを3個以上集めて応募。抽選で70人にきよたスイーツなどのすてきな賞品が当たります!

#### 【開催期間】

'22.11.1(火) - '23.2.28(火)

※応募締切/2023年3月6日(月)(必着)

#### パスポートでお得に!

パスポートを提示して対象店舗を利用すると、割引やドリンクサービスなどの特典を受けることができます。対象店舗や特典内容はHPをチェック!  
※特典がないお店もあります

#### 【問い合わせ】

地域振興課まちづくり調整担当 ☎889-2024

HP [www.city.sapporo.jp/kiyota/chiiki-shinko/marufes/passport/top.html](http://www.city.sapporo.jp/kiyota/chiiki-shinko/marufes/passport/top.html)



## きよたまちづくり区民会議が開催されました

9月28日(水)、区役所で「きよたまちづくり区民会議」が開催されました。

この日は「地域交流拠点清田の機能向上に向けた取り組み」と「清田区誕生25周年の取り組み」について意見交換が行われました。



#### きよたまちづくり区民会議

区内の各団体が情報を共有し、まちづくりに生かすことを目的とした会議です。各町内会連合会をはじめ、区内のさまざまな団体の代表者が参加しています。

#### 参加者からの意見

- ・地域交流拠点でのイベントは、さまざまな世代が楽しめるように開催時間や内容、集客方法を工夫してほしい
- ・子どもも参加したくなる25周年の取り組みと周知を

#### 【詳細】

地域振興課まちづくり推進係 ☎889-2024

HP [www.city.sapporo.jp/kiyota/chiiki-shinko/kumin\\_kaigi/index.html](http://www.city.sapporo.jp/kiyota/chiiki-shinko/kumin_kaigi/index.html)



家庭で  
できる

# 地震への備え

平成30年9月に発生した北海道胆振東部地震において、清田区では最大震度5強を観測し、大きな被害に見舞われました。地震はいつ発生するか分かりません。家の中で発生するリスクを知り、対策を行い、いざという時に備えましょう。

詳細 総務企画課地域安全担当 ☎889-2006

## 地震対策の3ステップ

### STEP 1 危険を知ろう

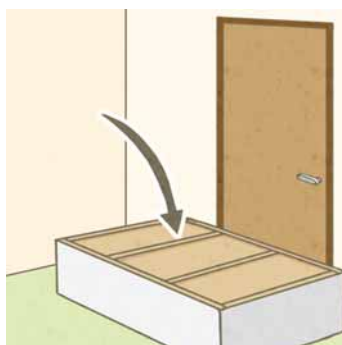
#### 家具の転倒など

固定されていない家具の転倒などにより、けがをしたり命を落としたりする危険があります



#### 避難経路の遮断

家具の転倒などによりドアが開かなくなり、避難できなくなることがあります



#### その他の危険

- ・ストーブの転倒による火災
- ・収納物の散乱 など



### STEP 2 家の中を確認しよう

家の中に危険箇所がないか確認してみましょう。2人以上で確認することで、自分では気が付くことができない危険の発見も。

#### 確認は寝室から

就寝中は無防備な状態となり、突然の揺れに対応することが難しくなります。寝室は、優先的に対策を実施しましょう。

#### 日頃の整理整頓が大切

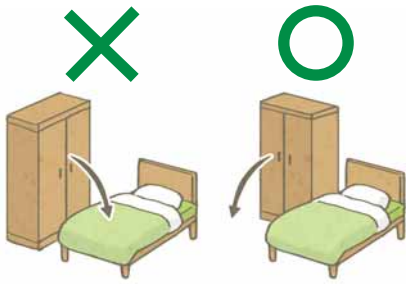
日頃から整理整頓を心がけ、なるべく生活空間に物を置かないようにしましょう。クローゼットなどの据え付けの収納スペースがある場合は、積極的に活用するとより安全です。



## STEP 3 対策をしよう

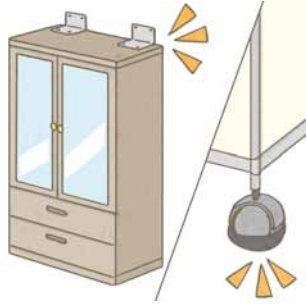
### 家具の配置に気を付ける

家具が転倒した場合に備えて、家具を置く場所や方向に気を付けましょう



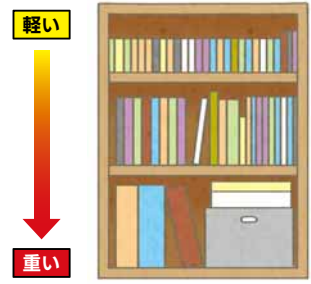
### 家具の固定

L型金具などで家具を固定し、キャスター付きの家具は、下皿を使用して移動を防ぎましょう



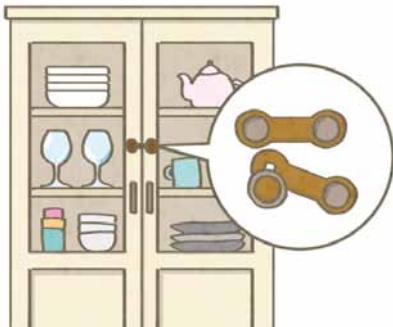
### 重い物は下の方に収納

重い物を家具の上の方に収納すると、転倒の危険が高まるほか、落下した際の被害が大きくなります



### 物が飛び出さないように

扉が開いて収納物が飛び出さないように、開放防止器具を付けましょう



### ガラスの飛散防止

ガラスが割れた場合に飛び散らないように、窓ガラスや家具のガラス部に飛散防止フィルムを貼りましょう



### ストーブに注意

耐震自動消火機能付きのストーブを使用し、燃えやすい物は周囲に置かないようにしましょう



## 災害が起きる前に

清田区は、1世帯当たりの人数や人口に占める子どもの割合が市内で最も多い区です。災害発生時、家族が一緒にいるとは限りません。災害時の連絡方法や集合場所など、いざという時の行動や備えについて、家族みんなで考え、情報を共有しましょう。



#### さっぽろ防災ハンドブック



#### マンションの防災力



#### 清田区防災マップ



※区役所総務企画課地域安全担当(2階18番窓口)、広聴係(1階33番窓口)で配布しています



## ウェブ開催 /

### 清田区なわとび大会

縄跳びをする動画を撮影して応募しよう!  
 30秒間で、前回し跳び(両足跳び)が何回跳べるか競います

- 対象** 区内在住または通学の小学生
- 部門** 低学年の部 / 中学年の部 / 高学年の部
- ルール**

- スタートの合図で時計をスタートしてから跳びはじめてください
- 縄が引っ掛かっても、再開してカウントを続けます。30秒間で跳んだ回数の総計を記録とします
- 使用する縄や、跳ぶ場所は自由です

●REC



#### 撮影のポイント

- 全身が映るように撮影してください
- 計測時間が分かるようにストップウォッチなどを一緒に撮影してください

#### 申し込み

11月30日(木)までに、郵送、持参、**E**または**HP**(住所、氏名、保護者氏名、電話番号、学校名、学年)

#### ▶ 動画の提出方法

- DVDなどの記録メディアを郵送または持参
- 動画をファイル転送サービスにアップロードし、申し込み時にダウンロード用URLを記載

各部門3位までをホームページで発表!  
 きよたスイーツ商品券などを贈呈します。  
 参加者全員にも記念品をプレゼント。

【申し込み・詳細】地域振興課地域活動担当(2階17番窓口)  
 ☎889-2024

**E** kiyota.katsudo@city.sapporo.jp

**HP** www.city.sapporo.jp/kiyota/chiiki-shinko/onawatobitaikai.html



## まだ間に合う! /

### きよっち健康ポイント

適度な運動とバランスの良い食事、健康な体づくりに挑戦!  
 目標を選んで3週間チャレンジすると、抽選で賞品が当たります

#### 参加方法

- ▶ 区役所やホームページで応募用紙を入手
- ▶ 「歩く」「食べる」それぞれの目標を決める
- ▶ 3週間チャレンジ!達成度を毎日記録
- ▶ 必要事項とアンケートを記入して応募



**対象** 区内在住の18歳以上

**締切** 12月28日(木) ※当日消印有効

健康づくりに役立つグッズや食料品、  
 きよっちグッズが245人に当たります!

【詳細】健康・子ども課健やか推進係(2階12番窓口)  
 ☎889-2049

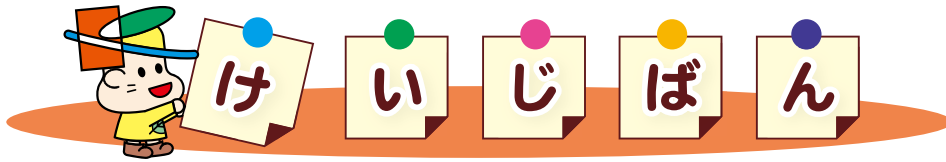
**HP** www.city.sapporo.jp/kiyota/kenko-kodomo/kenkoupoint2022.html



新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどの予定が変更となる場合があります。  
 その場合は、「区ホームページ」「子育て情報サイト・清田区のページ」でお知らせします。

広告

内 = 内容 講 = 講師 日 = 日時 所 = 会場 集 = 集合場所 対 = 対象 定 = 定員 費 = 費用 申 = 申込 問 = 問い合わせ  
 持 = 持ち物 他 = その他 ☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール HP = ホームページ 当日 = 当日直接会場(申込不要)



**健康・子ども課健やか推進係**  
 ☎889-2049 FAX889-2405

■住民集団健康診査 当日

特定健診、後期高齢者健診など

日時	会場
11月17日(木) 9時30分～11時30分 13時30分～15時	区民センター (清田1条2丁目5-35)
12月5日(月) 9時30分～11時	清田中央会館 (清田4条2丁目10-1)
12月5日(月) 13時30分～15時	里塚緑ヶ丘町内会館 (里塚緑ヶ丘10丁目4-17)

送付された受診券に記載の額

■胃がん・大腸がん・肺がん検診

12月14日(水) 9時～11時受け付け

区役所2階 保健センター

胃がん:50歳以上で原則偶数歳(2年に1回)  
 大腸がん:40歳以上の方(年1回)  
 肺がん:40歳以上の方(年1回)

胃がん・肺がん:合わせて30人  
 大腸がん:40人

胃がん(バリウム):1,100円  
 大腸がん(検便):400円

肺がん(胸部エックス線):無料(問診結果により喀痰細胞診が必要な場合は400円)  
 ※一部、減免対象者あり(要確認)

11月11日(金)～12月7日(水)に☎、FAXまたはE(住所、氏名、電話番号、希望の検診日・検診名を明記) 先着

kiyota.sukoyaka@city.sapporo.jp

■市民健康教育

薬剤師が考えるコロナや災害への備え

時計台薬局 管理薬剤師 井内 康行 氏

12月8日(木) 14時～15時

区役所2階 保健センター講堂

区内在住の方・20人

11月11日(金)から☎(9時～17時) 先着

**保健福祉課福祉支援係**  
 ☎889-2041 FAX889-2703

■福祉バザー 当日

障がいのある方々が丹精こめて作った手工  
 芸品、食品などを販売します。2日間ずつ出展  
 事業所が変わります

12月6日(火)～9日(金)  
 9時～17時(9日は16時30分まで)

区役所1階 ロビー



**健康・子ども課子育て支援担当**  
 ☎889-2052 FAX889-2407

■ハロー！あかちゃん 0さい 当日

0歳の赤ちゃんと保護者で交流します

12月7日(水) 10時～11時30分

区役所3階 健康増進フロア

0歳のお子さん(第1子)と保護者

■ハロー！あかちゃん 1さい 当日

1歳の赤ちゃんと保護者で交流します

11月16日(火) 10時～11時30分

区役所3階 健康増進フロア

1歳のお子さん(第1子)と保護者

■ふたごちゃんあつまれ！ 当日

多胎児のお子さんと保護者で交流します

11月17日(木) 10時～11時30分

区役所3階 健康増進フロア

就学前の多胎児と保護者

**認定こども園にじいろ**  
 (真栄2条1丁目11-20)  
 ☎883-3044 FAX883-9547

■サンデーサロン 当日

日曜日の子育てサロンで楽しく遊びませんか

11月27日(日) 10時～12時

就学前のお子さんと保護者、これからお父  
 さん・お母さんになる方



**地域振興課まちづくり推進係**  
 ☎889-2024 FAX889-2701

■自衛隊職種説明会 当日

職種説明、受験手続き、イベント情報など

11月23日(水) 10時～12時、13時～16時

里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁  
 目1-1)

令和5年4月1日時点で、33歳未満の方およ  
 びその家族(32歳の方は要問い合わせ)

自衛隊札幌地方協力本部南部地区隊  
 ☎581-0736

**鹿の飛び出しに注意！**

区内で鹿の出没が  
 増えています。鹿が  
 道路に飛び出して  
 くることもあるた  
 め、山林付近を走行  
 する時は、特に注  
 意しましょう。



総務企画課地域安全担当 ☎889-2006

区役所の中で職業相談ができます！



(清田区求職者支援センター)

ハローワークと札幌市が運営する、職業相談・紹介や就職  
 活動全般に関する相談窓口です。

業務内容

- ・職業相談・紹介、求人検索機の利用
- ・就労に関する相談・カウンセリング、各種情報提供
- ・社会保険労務士による労働問題・社会保険などに関する相談  
 (毎週火曜日 13時～17時)

※雇用保険、職業訓練、障がいがある方の職業相談は、ハローワ  
 ーク札幌東(☎853-0101)にご相談ください



問い合わせ

あいワーク清田 ☎889-2080  
 経済観光局雇用労働課 ☎211-2278

場所

区役所1階 34番窓口横

利用時間

月～金曜日 8時45分～17時  
 (祝・休日、年末年始を除く)  
 ※検索機の利用、職業相談・紹介は  
 9時30分～です。ご注意ください

# 施設からのお知らせ

- ◆ 行事の詳細は、各施設にお問い合わせください
- ◆ 次回は2月号に掲載します
- ◆ 新型コロナウイルス感染症の影響により、予定が変更となる場合があります

## 清田図書館

平岡1条1丁目2-1 休館日:第2・第4水曜日  
☎889-2484 FAX 889-2485  
[HP] [www.city.sapporo.jp/toshokan/](http://www.city.sapporo.jp/toshokan/)

### 休館日のお知らせ

通常第4水曜日は図書整理日のため休館ですが、11月23日(祝・水)は祝日のため開館(9時15分～17時)し、11月30日(火)が休館日となります。

### おはなしの会

「読み聞かせボランティアぽけっと」による絵本や紙芝居の読み聞かせ

- [回] 毎週第1・第3木曜日 10時30分～11時  
毎週第2・第4土曜日 14時30分～15時

※開催しない週もありますので、[HP] や清田図書館などで配布している「清田図書館だより」で確認してください

### 本の展示と貸し出し

#### ① メリークリスマス！(児童対象)

クリスマスに関する本を展示  
[回] 11月24日(木)～12月27日(火)



#### ② もうすぐ新しい年ですね！

料理など年末年始に関する本を展示  
[回] 12月15日(木)～令和5年1月10日(火)

## 里塚・美しが丘 地区センター

里塚2条5丁目1-1  
☎888-5005 FAX 792-0444  
[HP] [satomicc.com/wp/](http://satomicc.com/wp/)

### みんなで書き初め講座

書道サークルの講師が添削を行います

[回] 令和5年1月5日(木) 9時～10時50分

[対 定] 区内の小学3年生～6年生・10人

[料 金] 500円

[申 込] 12月12日(月)～27日(火)に ☎ または窓口(9時～20時) **先着**

[持 参] 書道教科書、書道道具、書き初め用長半紙、練習用半紙



## 清田老人 福祉センター

清田3条3丁目1-30 休館日:祝日  
☎885-8500 FAX 885-8533  
[HP] [www.sapporo-shakyo.or.jp/service/welfare\\_center/kiyota/](http://www.sapporo-shakyo.or.jp/service/welfare_center/kiyota/)

### 転倒予防教室

転倒予防に役立つ、ちょっとしたコツを学びます

[回] 11月30日(火) 13時30分～14時30分

[講 師] レイス治療院 代表 大越 孝郎氏

[対 定] 市内在住の60歳以上の方・20人

[申 込] 11月16日(火)から ☎ または窓口(9時～17時) **先着**

[持 参] 飲料水

[他 注] 動きやすい服装でお越しください



### パワーアップ体操教室

ストレッチや体幹トレーニングなど、ゆっくり楽しく体操します

[回] 12月13日(火) 13時～14時

[講 師] 認定パーソナルトレーナー 伊藤 優果氏

[対 定] 市内在住の60歳以上の方・20人

[申 込] 11月30日(火)から ☎ または窓口(9時～17時) **先着**

[持 参] 飲料水、長めのフェイスタオル、バスタオル

[他 注] 動きやすい服装でお越しください

POWER UP



### 耳鳴り・頭痛に効果のあるヘッドケア

耳鳴りや頭痛を緩和する頭皮マッサージを学んでみませんか

[回] 12月16日(金) 13時30分～14時30分

[講 師] レイス治療院 代表 大越 孝郎氏

[対 定] 市内在住の60歳以上の方・20人

[申 込] 12月2日(金)から ☎ または窓口(9時～17時) **先着**

[持 参] 飲料水

[他 注] 動きやすい服装でお越しください

広告