



東区制 50 周年
記念ロゴマーク

2023年3月
東区民のページ

東区今昔

東区の昔を振り返る「東区今昔」。今月は、札幌市こどもの劇場「やまびこ座」を紹介。やまびこ座は、人形劇・児童劇・伝統芸能など児童文化を創作・学習・鑑賞・発表する場として昭和 63 年（1988 年）8 月に開館した、全国でも珍しい子どものための専門劇場です。人形劇や子ども向けの演劇の上演のほか、人材育成支援のため、初心者を対象にした人形劇講座や小学生～高校生を対象にした舞台体験プログラムなどを行っています。外観は未確認飛行物体（UFO）をモチーフにしており、休憩スペースや昔遊びコーナーがあるロビー、絵本や紙芝居の読み語りが人気の図書コーナーなど、子どもたちの豊かな感性を育む設備が充実しています。



開館間もない頃のやまびこ座（1990年）
札幌市公文書館所蔵



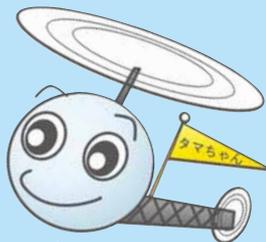
こども舞台体験プログラム「ふれアート」の様子

特集 丘珠空港から、春の旅



↑
オカちゃん

丘珠空港マスコット
キャラクター



↑
タマちゃん



今月は、丘珠空港から行くことができる道外の就航地周辺の観光スポットやグルメ情報を紹介します。

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

松本 MATSUMOTO

信州まつもと空港地元利用
促進協議会がおすすめ!

信州まつもとと空港

丘珠空港から ✈️ 1時間 40分

長野県のほぼ中央に位置する松本市にある空港。松本バスターミナルまで空港連絡バスで約30分。

観光情報について詳しくは、信州まつもとと空港地元利用促進協議会 HP (右記 QR) などをご覧ください。



春の絶景

松本城

国宝「松本城」は、現存する五重六階の天守の中で日本最古。天守建物は、壁面の上部を白漆喰、下部を黒漆塗りの下見板で覆っています。黒と白のコントラストが北アルプスの山々に映えて見事な景観!



春のおすすめスポット

安曇野サイクリング→

雄大な姿で訪れる人を魅了する北アルプス。その麓に広がる清らかな水で潤う自然豊かな安曇野で、一面に広がる田園風景を楽しみながらのんびりとサイクリングがおすすめ。



春のグルメ

とうじそば→

奈川に古くから伝わる郷土料理の「とうじそば」。「とうじ」とは浸し温めるという意味があり、小割にしたそばを「とうじかご」に入れ、旬の山菜やきのこが入った鍋に、さっとくぐらせていただきます。



←おやき

信州の郷土料理として長野県内で広く食べられています。おやきの具材も野沢菜やあんこ、季節ごとの旬の野菜などさまざま、蒸したり焼いたりとバリエーションが豊富。



←立山黒部アルペンルート

富山と長野を結ぶ、標高 3,000 m級の峰々が連なる北アルプスを貫く世界有数の山岳観光ルート。春には 20 mに迫る雪の壁を間近で見ることができる「雪の大谷」が現れます。



静岡 SHIZUOKA

するが企画観光局がおすすめ!

富士山静岡空港

丘珠空港から ✈️ 1時間 55分

静岡県のほぼ中央、牧之原市と島田市にある空港。静岡市まで車で約40分。

観光情報について詳しくは、するが企画観光局のHPやInstagramなどをご覧ください。



↑ HP



春の絶景

ティーテラス市之瀬↓

茶畑の中にある絶景ティーテラス! 春は新茶の緑が美しく、ピクニック気分で静岡茶を楽しむことができます。



日本平↑

茶畑越しに仰ぎ見る富士山、眼下に見える駿河湾はまさに絶景。春には山頂に続く道で桜を楽しむことができます。NHK大河ドラマ「どうする家康」で注目の徳川家康を祀る久能山東照宮へは、日本平ロープウェイで5分!

春のおすすめスポット



大井川鐵道

大井川沿いの、のどかな風景の中を走る列車。茶畑の景色や、桜のトンネルなどを車窓から楽しむことができます。※現在、一部区間が運休中。最新の運行情報は、大井川鐵道 HP にてご確認ください。



牛代のみずめ桜

茶畑の中に立つ、優美な一本桜。樹齢300年以上といわれています。枝張りも美しく、夜にライトアップされた姿もロマンチックです。

春のグルメ

いちご狩り→

駿河湾に面した久能海岸沿いは、別名「いちご海岸通り」。山の斜面にビニールハウスが立ち並び、1~5月にかけていちご狩りを楽しめます。



←桜えび

日本で唯一、駿河湾だけで獲れる桜えび。漁は、春と秋の年2回のみ。静岡ならではの春の味覚です。



近くて便利!

丘珠空港から、春の旅



お出かけ日が増えてくるこの季節、近くて便利な丘珠空港を利用して、旅に出てみませんか? 今月は、道外の就航地周辺の観光スポットやグルメについて、地元の方から「春のオススメ」を教えてください!



札幌丘珠空港

東区丘珠町にある「札幌の空の玄関口」。道内外8空港と定期便で結ばれており、札幌と道内外を結ぶ航空ネットワークの拠点として重要な役割を担っています。

✈️ 就航先

◆道外: 三沢(八戸)、松本、静岡

◆道内: 利尻、女満別、奥尻、釧路、函館

※三沢との定期便は金・土・日曜日のみ、奥尻との定期便は金・日曜日のみ運航。松本、静岡との定期便は夏ダイヤ期間(2023年は3月26日~10月28日)のみ運航。

🚌 アクセス

《バス》札幌駅から約30分(札幌駅とを結ぶ空港連絡バスは4月~12月のみ)、地下鉄南北線麻生駅から約15分、地下鉄東豊線栄町駅から約5分。

《車》札幌駅から約20分、地下鉄東豊線栄町駅から約5分。

※駐車場は混雑しますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

三沢(八戸)

松本

静岡

三沢 MISAWA VISIT はちのへ・三沢市観光協会がおすすめ!

三沢空港 丘珠空港から ✈️ 1時間

青森県南東部に位置する三沢市にある空港。空港連絡バスで三沢市内まで8分、八戸市内まで約55分。

観光情報について詳しくは、三沢市観光協会HPや、VISITはちのへHPなどをご覧ください。



↑三沢市観光協会

VISIT はちのへ↓



🌸 春の絶景

かぶしま 蕪島

種差海岸の最北に位置し、ウミネコの繁殖地として国の天然記念物に指定されています。3月から8月までウミネコが繁殖のために飛来し、5月には菜の花が咲き誇ります。



🌸 春のおすすめスポット

🌸 春のグルメ

八戸きらり→

八戸地方の食材を使用し、南部菱刺しをモチーフにした琥珀糖は、彩りが豊かでまるで宝石のよう。



←桜肉(馬肉)

馬肉の赤身が桜の花を思わせることから桜肉と呼ばれています。馬刺しや馬肉と野菜を味噌で煮込んだ桜鍋は絶品です。



館鼻岸壁朝市

3月中旬から12月までの毎週日曜日に、300以上の店舗が岸壁に立ち並び、日本最大級の朝市。八戸自慢の海の幸はもちろん、山の幸、手作り総菜、雑貨などバラエティ豊かな商品が並びます!



道の駅みさわ 斗南藩記念観光村

日本初の民間洋式牧場を開いた元会津藩士「廣澤安任」に関する資料や、当時の様子を再現した施設があります。安任の住居兼書斎を復元した建物「六十九種草堂」の前では、安任が持参した八重桜が見事な花を咲かせます。





ひがしくからの お知らせ

東区の人口

令和5年2月1日現在（国勢調査ベース）
人口 264,231人（前月比 -116）世帯数 132,765世帯（前月比 -41）

3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/

ようこそひがしく

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

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（UHB）8チャンネルと無料配信のアプリ「iさっぽろ」で配信しています。



リモコンの「iボタン」を押してね！



市税は納期限までに納付を。

北州市税事務所 ☎(207) 3913

では、木曜日に夜間納税相談を行っています。

胃がん・肺がん・大腸がん検診

日時 3月20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 ①1千100円②無料（喀痰細胞診

400円）③400円。減免制度あり。

定員 各40人（先着）。

申込 実施日の3日前までに電話または

直接窓口で申し込み。

その他 胃がん検診と肺がん検診は検

診車（大型バス）にてX線撮影、大腸

がん検診は、採便セットを用いた便潜

血検査です。

※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・子ども課健やか推進係

☎(711) 3211

〈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、あらかじめご了承ください。

日時 3月27日（月）～31日（金）、4月3日（月）

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15回ひがしくハッピー・タッピーコンサート

箏とオーボエの和洋楽器コラボレーションコンサートを開催いたします。

日時 3/17（金） 14時～（開場13時）。

会場 東区民センター。

定員 100名程度。

費用・申込 無料。先着順。直接会場へお越しください。

出演 津野田智代、関美矢子。

曲目 春の海（宮城道雄作曲）、美女と野獣、他。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当係 ☎741-2429



東区公園利用調整会

少年野球チームなど、区内の公園の無料野球場を利用する団体を対象に東区土木センターの会議室を調整の場として提供しています。

前期分（4月～7月）は、3月23日（木）、後期分（8月～11月）は7月6日（木）のいずれも9時からです。

詳細 土木部維持管理課 ☎781-3521

区内各施設の講座など

東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500

健康講座

令和4年度の東区民講座です。医療法人徳洲会札幌東徳洲会病院との共催となります。

日時 3/23（木） 14時～16時。

14時～15時 あなたの耳は大丈夫？

15時～16時 検査値のみかた 正常値・異常値って何？

会場 東区民センター 集会室C（別館 村川ビル2階）。

定員 各30名（先着）。

対象 15歳以上の方（中高生は除く）。費用 無料。

申込 3/11（土）から電話または直接窓口で申込。

受付時間は10時～16時。

栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005

心をはぐくむ朗読会 お話の扉

朗読内容につきましては、栄地区センターまでお問い合わせください。

日時 3/25（土） 11時～12時。

対象 小学生以上。

費用・申込 不要。

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833

鍵盤ハーモニカ講座

楽器経験ゼロでも、楽譜が読めなくてもできる！

日時 4/3、4/17、5/1、5/15、6/5、6/19。

（毎月第1・第3月曜日、全6回）

会場 苗穂・本町地区センター。定員 10名（先着）。

申込 3/20（月）9時から電話で申し込み。持ち物 ミニタオル。

費用 毎月1,600円（1カ月2回分）。初回のみホース代500円。

講師 SUZUKI ケンハモ認定講師 内村 直子。

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323

絵本の読み聞かせの会

色々な絵本の読み聞かせを予定しています！

ぜひお気軽に足を運んでください。

日時 3/15（水）、3/22（水）、3/29（水）（全3回）。 15時30分～16時。

対象 幼児以上（幼児は保護者同伴）。

後半は小学生向けのプログラムも用意しています。

定員 10名。申込・費用 不要。



香りの強さの感じ方には個人差があります。自分にとって快適な香りでも、不快に感じる人もいることをご理解ください。

戸籍住民課窓口 混雑予想カレンダーと夜間延長・休日開庁のご案内

3、4月は進学、就職、転勤などで引っ越しをする方が増えるため、区役所の窓口が大変混みあいます。混雑緩和のため、戸籍住民課の窓口の夜間延長、休日開庁を行います。できるだけ混雑を避けてお越しください。
※駐車場が大変混みあうため、公共交通機関をご利用ください。

区役所に来庁せずに行える手続き

- 郵送で住民票などの証明請求、および転出証明書の発行ができます。
- マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニで証明書が取得できます。(利用者証明用電子証明書の暗証番号が必要となります)
- 住民票をオンラインで申請できます。

その他混雑を避けるための情報

- マイナンバーカードの受け取り期限を延長中です。
- 交付通知書はあるけれど区役所の開庁時間に越しに出来ない場合は、土日や平日夜間にマイナンバーカードセンターでマイナンバーカードを受け取ることができます。完全予約制(☎600-2323)となっていますのでご注意ください。
- マイナンバーカードの電子証明書の更新は証明書の有効期限が過ぎた後でも手続き可能です。



← 詳細は札幌市ホームページ (<https://www.city.sapporo.jp/shimin/koseki/shomei/korona.html#yuusou>) でご確認ください。

NEW



マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを通じたオンラインでの転出届が可能です。
 ← 詳細はこちらのQR でご確認ください。

3月

日	月	火	水	木	金	土
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

4月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15



待ち時間 20 分超



待ち時間 60 分超



待ち時間 100 分超

夜間延長 (8時45分～19時)
3/27(月)～3/31(金)、4/3(月)

休日開庁 (8時45分～12時)
3/25(土)、4/1(土)



← スマートフォンなどで左のQRを読み取ると、窓口の待ち人数や呼び出し番号などをリアルタイムで確認できるホームページ (https://i-ban.com/sapporo_higashiku/) にアクセスできます。

詳細 戸籍住民課 ☎741-2449

統一地方選挙 (期日前投票) のお知らせ

会場	選挙	期間	時間
東区民センター2階 (北11条東7丁目) ※公共交通機関をご利用ください。	北海道知事	3月24日(金)～4月8日(土)	8時30分～20時 ※終了時刻が20時に変更されています。
	札幌市長	3月27日(月)～4月8日(土)	
	道議会議員 市議会議員	4月1日(土)～4月8日(土) ※10時～13時までは大変混雑します。	
ふしこ地区センター (伏古11条3丁目)		4月6日(木)～4月8日(土) ※10時～13時までは大変混雑します。	10時～20時

- ・東区民センターで4つの選挙の投票ができるのは4月1日(土)からとなります。
- ・可能な限り混雑の予想される時間帯を避け、時間にゆとりを持ってお越しください。
- ・投票所案内はがきがなくても期日前投票することができます。投票所の係員にお申し出ください。
- ・選挙期日はいずれも4月9日(日)です。当日の投票場所は投票所案内はがきで確認ください。

詳細 東区選挙管理委員会事務局 ☎741-2412

掲載した情報は内容の変更や、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



ふむふむ ひがしく



今月はタッピーダンスについてご紹介します。今年で30周年を迎えたタッピー。これまでの活躍や誕生秘話については、下記のQRからホームページをご覧ください。

タッピーダンスのご紹介



みんな、タッピーのダンスは知ってるかな？
タッピーは2022年12月3日で30周年を迎えたから、最近はたくさんの人が一緒にダンスしてお祝いしてくれるんだ♪
みんなも覚えて踊ってくれたら嬉しいなあ～！



タッピー30周年のページ



LINEスタンプ
3月発売!

タッピーの誕生30周年を記念してLINEスタンプを作成しました。利用方法などは東区民ホームページでご紹介しています。

2022.12.3 区民センター2階大ホール
各区のマスコットキャラクターが
お祝いしてくれたよ！

2023.1.15 サッポロさとらんど
タッピーに会いに来てくれた
お友達と一緒に踊ったよ！



歌詞と踊りの解説

しあわせ	みつけーる	あいこーとーぼー♪	タッピー！	ハッピー！	タタタタ♪	タッピー♪
ジャンプしながら右手でおいでを2回	ジャンプしながら左手でおいでを2回	両手を上に向け、下から上あげながら足踏み。(スペースがあれば後ろに数歩さがりつつ)	両手を腰にあて、左のかかとを地面につける	両手を斜め下に広げ、右のかかとを地面につける	「タ」に合わせて右足から4回足踏み	右のかかとを地面につけ、左手を腰にあてる。右手は下に伸ばした状態から肘を曲げて拳を上げる

1月号の新春スペシャルタッピークイズ 回答

クイズの答えは

おかだまくろうこ

- Q1: おおともかめたるう
- Q2: さかえまち
- Q3: おかだまししまい
- Q4: もえれぬま

- Q5: くせい
- Q6: ぼこうじかん
- Q7: けんこう
- Q8: ういりおむ

当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

広告