



区長着任のごあいさつ



東区民の皆さま、こんにちは。
 4月1日付で東区長に就任いたしました、中澤伸之です。
 区民・企業・各団体の皆さまとともに、安全安心で暮らしやすく、住んでよかったと実感できるような「魅力と活力にあふれるまちづくり」を進めてまいりますので、変わらぬご支援、ご協力をいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

特集

タッピーフレンズ

～力を合わせて地域を盛りあげる仲間たち～



【タッピーフレンズロゴ】

今月は、東区の明るい未来と区民のために活動する企業・団体「タッピーフレンズ」の活動を紹介します！

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 アステイ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



児童または幼児が自転車に乗るとき、保護責任者はヘルメットをかぶらせるよう努めましょう。

食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座受講生募集

健康的な食生活を学びながら、地域で食を通じた健康づくりを広めるボランティア活動を行う推進員を養成する講座です。
あなたも受講して楽しく活動してみませんか？

日時 6/12(月) 10時～12時。
6/15(木) 9時30分～11時30分。
6/20(火) 9時30分～11時30分。
6/29(木) 10時～13時。
7/4(火) 9時～12時。
7/10(月) 9時30分～11時30分。

会場 東保健センター2階講堂(北10条東7丁目)、
東区民センター2階実習室(北11条東7丁目)。

対象 東区にお住まいで、講座修了後に食生活改善推進員として活動できる方。

定員 20人(先着)。

費用 テキスト代1,210円。

申込 5/11(木)～5/31(水)に、電話または直接窓口で申し込み。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



親子同室子育て講座

はじめてのトイレトレーニング

日時 5/22(月) 10時～10時45分。
会場 東保健センター(北10条東7丁目)。
対象 1歳6カ月から就学前のお子さんとその保護者。
定員 10組。(先着) **費用** 無料。
申込 5/9(火)9時から電話で申し込み。

赤ちゃん楽しく過ごそう♪

日時 6/9(金) 14時～14時45分。
会場 東保健センター(北10条東7丁目)。
対象 1歳未満のお子さんとその保護者、これから親になる方。
定員 10組。(先着) **費用** 無料。
申込 5/26(金)9時から電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎712-6331

区内各施設からのご案内

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833

たねダンゴ花壇サポーター20組募集!!

当地区センターの花壇に花の種を植えてくれるお子さんたちを募集します。自分の名前のプレートを挿して、水やりをして愛情いっぱい育ててください。

日時 5/27(土) 10時～11時。

対象 未就学児～小学生(保護者同伴)。

定員 20組(先着)。 **費用** 無料。

申込 5/11(木)9時から電話で申し込み。

持ち物 汚れてもよい服装・軍手などの手袋。

栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005

お家でも続けられる!美尻トレーニング講座

いまからでも遅くない!お尻を鍛えて若返ろう!

日時 6/9、6/16、6/23、6/30の金曜日(全4回)。14時～15時。

対象 15歳以上の方(中高生は除く)。 **定員** 12人(先着)。

費用 3,200円(受講料3,000円、教材費200円)。

申込 5/16(火)から電話で申し込み。受付は9時～17時。

東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500

東区民センター図書室蔵書一斉点検

蔵書一斉点検期間中は休室とさせていただきます。ご利用の皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

期間 5/20(土)～5/26(金)

問い合わせ 東区民センター図書室 ☎742-8112

※休室中の図書の返却は、返却ポストをご利用ください。

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323

使いこなそうスマホ講座

スマホ(スマートフォン)の使い方講座です。スマホをお持ちの方が対象です。

日時 6/8、6/15、6/22、6/29の木曜日(全4回)。

9時30分～11時30分。

対象 15歳以上の方(中高生は除く)。 **定員** 12人(先着)。

費用 受講料2,000円。

申込 5/25(木)9時から電話または直接窓口で申し込み。

広告

ふむふむひがしく



今月は、「まちづくりセンター」を紹介します。

みなさんの地域には**まちづくりセンター**があります。
ぜひご利用ください！

まちづくり

- まちづくり活動がより行いやすく、さらに活発になるよう、地域の皆さんの相談を受け付けし、話し合いなどを円滑に進めるためのお手伝いをしています。
- 地域で活動している団体や個人などの活動主体がネットワーク化し、より効果的にまちづくり活動が出来るようにするためのお手伝いをしています。
- 市の事業、制度や地域のイベントなどをお知らせするチラシやポスターを配架、掲示しています。
- 市内の道路や公園など、公共の場所のボランティア清掃などで集めたごみをごみステーションに出す時に使える**ボランティア袋**を無料でお渡ししています。

諸証明の取り次ぎ

住民票や印鑑証明、戸籍謄本などの証明の取り次ぎをしています。16時45分までに電話または直接窓口で申し込むと、翌日以降に受け取ることができます。

※戸籍に関する証明は窓口のみの受付です。

※札幌まちづくりセンターは当日受け取りが可能です。

ご本人以外の請求・受け取りの場合は事前にお問い合わせください。

所在地・連絡先・業務時間

所在地・連絡先：東区民のページの1ページをご覧ください。

業務時間：8時45分～17時15分

(証明の受付は16時45分まで)

※土・日・祝・年末年始を除く。

まちづくりセンターの活動の詳細は、
地域振興課まちづくり推進係まで ☎741-2429



鉄東まちづくりセンター



北光まちづくりセンター



北栄まちづくりセンター



栄西まちづくりセンター



栄東まちづくりセンター*



元町まちづくりセンター*



伏古本町まちづくりセンター



丘珠まちづくりセンター



札幌まちづくりセンター



苗穂東まちづくりセンター

* 栄東まちづくりセンターと元町まちづくりセンターは、地域住民でつくるまちづくり団体によって運営されています。

広告