

ていね



手稲区マスコット
キャラクター
ていぬ



今月の表紙は、1月18日(土)に星^{ほし}観^み緑地で
開催されたイベント「雪の花あかり」です。
キャンドルが作り出す幻想的な雰囲気
を多くの参加者が楽しみました。



【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

手稲

1

広報さっぽろ | 2025・2

手稲区HP 手稲区X



地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員

見守る

高齢の方への
声かけや安否確認

寄り添う

福祉や子育てに
関する相談を受け、
解決に向けて支援する

つなぐ

必要な支援を
受けられるよう
区役所や関係機関に
つなぐ

近年、社会環境の変化によって
ひとり暮らしの高齢者の増加や
子育て家庭の孤立化などが課題になっています。
そうした方々に寄り添い、地域福祉を支える
「民生委員・児童委員」の活動を紹介します。

**70歳の方を対象に
民生委員が伺います！**

緊急時や見守りに活用するため、
70歳になる方を対象に、
緊急連絡先などの確認に伺います。
ご協力をお願いします。

どのような活動をしているの？

民生委員・児童委員

ひとり暮らしの高齢の方などを定期的に訪問し、声かけや見守りを行うほか、生活や福祉に関する相談に応じて、必要な支援が受けられるよう、地域の専門機関とのつなぎ役を担っています。また、子どもに関する相談支援なども行っています。

主任児童委員

一部の児童委員は「主任児童委員」として、いじめや不登校、児童虐待の早期発見、子育て世帯の居場所づくりなどの子ども・子育てに関する支援を専門的に行っています。

どんな人が委員になれるの？

以下の年齢要件を満たし、ボランティア精神があり、地域の方の相談に親身になって活動できる人。

民生委員・児童委員	主任児童委員
満30歳以上 満75歳未満 ※新任の場合は 72歳未満	満30歳以上 満63歳未満 ※新任の場合は 60歳未満

任期は？

3年

3年おきの12月に一斉改選が行われます。年齢要件などを満たしていれば再任も可能です。

活動形態は？

ボランティア

厚生労働大臣から委嘱され、無報酬での活動になりますが、交通費などの費用にあてため、一定額の活動費が交付されます。

委員の人数は？

約3,000人（札幌市）

うち民生委員・児童委員は札幌市内で約2,800人、主任児童委員は約200人。
手稲区内の民生委員・児童委員は約170人、主任児童委員は14人。

民生委員・児童委員

地域の方々の温かみに触れ、 地域への貢献を実感できる

家 族を亡くした時に、今後の生活ビジョンが見えず心細くなったことをきっかけに、民生委員として自分が住む地域と関わりながら生きていきたいと思いました。最初は慣れない中で不安もありましたが、経験豊富な先輩委員が手厚くサポートしてくれました。また、地域の方々が家族のように温かく接してくれ、支援をする立場でありながら自分が元気をもらうことが多く、楽しく活動できています。

新発寒地区 民生委員・児童委員

おの
大野さん



手稲区内の
子育てサロンの
詳細はこちら

HP



主任児童委員

子どもとのふれあいが 自分の人生の活力に

こ れまでPTAや町内会などの活動を通して地域にお世話になり、そのお返しをしたいという思いで主任児童委員の活動を始めました。現在、子育てサロン『どんぐりひろば』の開催や小学校との情報交換などを主に行っています。自身の子育てから何年も経っていましたが、久々に子どもや保護者の方と触れ合うことで自分も活力をもらっています。特に子育てサロンは何度も継続して参加してくれる方が多く、地域の子どもたちの成長を間近で見られることがやりがいにつながっています。今後も親子で楽しい時間を過ごすお手伝いができればと思っています。

手稲鉄北地区 主任児童委員

こばやし もり わき
小林さん 森脇さん



今年は3年に1回の
改選の年です！

令和7年12月に委員の一斉改選が予定されています。興味のある方は下記まで気軽にご連絡ください。

詳細 保健福祉課 ☎ 681-2478

／ 私たちと一緒に /
活動しませんか？

民生委員・児童委員になるために必要な資格はなく、地域の方々に寄り添う気持ちが何より大切です。さまざまな人生経験を持つ方が委員になることで、幅広い相談に応じることが出来ます。委員自身も活動を通じて地域との交流が広がり、多くのことを学び、やりがいを実感できます。ぜひ一緒に活動しましょう。

手稲区民生委員児童委員協議会 おおにし
大西会長



とくとく健診（特定健診）、後期高齢者健診、肺がん検診、
 肝炎ウイルス検査を行います。健診は「受診券」と「被
 保険者証」（生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査
 受診券、中国残留邦人等支援給付世帯の方は本人確認証）
 を、肺がん検診と肝炎ウイルス検査は氏名・年齢・住所
 が確認できるものを持って、当日直接会場へお越しくだ
 さい（申し込みは不要）。

年間の日程・会場は HP や電話でご確認ください。

月日	受付時間	会場
2/15 (土)	9 時 30 分～11 時 30 分 13 時 30 分～15 時	手稲区民センター 2 階区民ホール (前田 1-11)

詳細 手稲保健センター ☎ 681-1211

夜間納税相談

西部市税事務所では、毎週木曜日に夜間納税相談窓口を
 開設しています。日中にお時間の取れない方は、この機
 会をご利用ください。

日時 毎週木曜日 20 時まで

場所 西部市税事務所②番窓口（西区琴似 3-1）

詳細 西部市税事務所納税課 ☎ 618-3913



つるつる路面への砂まきに ご協力ください！

滑り止め用の砂が入った砂箱を、人通りの多い
 交差点に設置しています。
 つるつる路面で「危ない！」と感じる場所には、
 積極的に砂まきをお願いします。
 ※砂をまいた後のペットボトルや砂袋は砂箱（写
 真の赤枠内）にお戻しください





詳細 手稲区土木センター ☎ 681-4011



手稲区

からの お知らせ



2025/2/11～2025/3/10

手稲区の人口・世帯数
 1/1現在（前月比）
 人 口 140,503人 (-48)
 世帯数 62,664世帯 (-20)

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**





胃がん・大腸がん・肺がん検診

日時 2/25 (火) 9 時～10 時（受付時間）

会場 手稲保健センター 1 階（前田 1-11）

対象 職場などで検診を受ける機会のない方で、胃が
 ん検診は 50 歳以上の偶数年齢の方（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 1,100 円、大腸がん検
 診（検便）は 400 円、肺がん検診は無料（問診
 結果により喀痰検査を行った場合は 400 円）。費
 用の免除制度あり

申込 電話か窓口で事前に申し込み

申込先・詳細 手稲保健センター ☎ 681-1211



地域健康教室 「みんな知らない肛門の話」

日時 3/5 (水) 14 時～15 時 30 分

会場 手稲保健センター 2 階講堂（前田 1-11）

講師 札幌いしやま病院 理事長
 いしやまげん たろう 医師
 石山元太郎 医師

申込 2/12 (水)から電話で申し込み

対象 手稲区在住の方

定員 先着 40 人

申込先・詳細 手稲保健センター ☎ 681-1211

「1月号クイズの答え」問題①…C、問題②…A、問題③…B、問題④…B、問題⑤…BとD
 たくさんのご応募ありがとうございました！

子育て講座

01

赤ちゃんの親子遊び

わらべ歌やふれあい遊びなど、親子で楽しい時間を過ごしませんか

日時 3/14 (金) 10 時～10 時 45 分
会場 手稲保健センター 2 階講堂 (前田 1-11)
対象 0～11 カ月のお子さんと保護者
定員 先着 10 組 (託児なし) **費用** 無料
申込 2/28 (金)～3/13 (木) に電話で申し込み
 (受け付けは平日の 9 時～17 時)
申込先 健康・子ども課子育て支援担当
 ☎ 681-1342



02

子どもの気づきが芽生えるおカタづけ

年齢や発達に応じたお片付けのポイントや育まれる力についてお話しします

日時 2/26 (水) 10 時～10 時 45 分
会場 手稲保健センター 2 階講堂 (前田 1-11)
対象 0 歳～就学前のお子さんと保護者
 これから親になる方
定員 先着 10 組 (託児なし) **費用** 無料
申込 2/12 (水)～2/25 (火) に電話で申し込み
 (受け付けは平日の 9 時～17 時)
申込先 健康・子ども課子育て支援担当
 ☎ 681-1342



男の座談会 (男性介護者の集い)

認知症の方を介護する男性が、認知症や介護の工夫に関する講話を聞いたり、介護者同士で交流したりする場です。

今回は手稲保健センターの管理栄養士による「調理実習」を行います。調理したものを試食しながらの座談会も予定しています。

※調理したものは衛生上、持ち帰り不可



「良い加減」な栄養のコツ (調理実習)

日時 2/26 (水) 14 時～16 時
会場 手稲区民センター 3 階 料理実習室
 (前田 1-11)
講師 手稲保健センター管理栄養士 ^{こばやし} 小林ゆかり
対象 区内で認知症の方を介護する男性
 ※介護を受けている方の同伴も可
定員 先着 20 人 **費用** 無料
申込 2/12 (水)～2/21 (金) に電話で申し込み
 (受け付けは平日の 9 時～17 時)
申込先 保健福祉課保健支援係 ☎ 681-2497

広告

まちづくりヒーロー



自らの活動で手稲のまちを明るく元気にしてくれている“まちづくりヒーロー”を紹介します！



白雪の
考え深き
手稲山（PN）
ヘル友さん
49歳

和太鼓の音色でまちを元気に

まつもり りょう
松森 諒さん

手稲山口地区の盆踊りをきっかけに発足し、40年以上に渡り活動が続けてきた和太鼓チーム「風雪太鼓」で、子どもたちを指導しながら、地域のイベントなどで演奏を披露している。



「今後は区外・市外まで活動の幅を広げ、和太鼓の力強い音色でもっと多くの方に元気を届けたいです。子どもたちが大人になったとき、誇れるような活動にしていきたいです」



認知症になっても楽しい毎日を

きむら
木村 むつみさん

区内の介護関係者と連携し、認知症の方と地域をつないでいる。施設利用者が協力して作った名札を子どもたちに贈る、児童会館で子どもたちと楽しい時間を過ごすなど、活動内容はさまざま。



「認知症の方と接する機会を増やすことで、介護関係者や当事者の家族だけではなく、地域全体で認知症を理解し支え合えるまちになってほしいと願っています」



ボランティア活動で健康長寿

いしおか けいいち
石岡 慶一さん



現在 99 歳。毎朝 5 時に、散歩しながら道路のゴミ拾いなどのボランティア活動をしている。2019 年から毎日続け、これまでに拾ったゴミはなんと 40 リットルのゴミ袋約 280 袋分！

「健康づくりのための散歩でしたが、せっかくなら社会貢献したいと思い、ゴミ拾いを始めました。地域の方に声をかけてもらえることも嬉しく、この活動が自分自身の健康につながっています」

土砂災害への備えに関するセミナー

HP



土砂災害のリスクやその備えについて理解を深めていただくため、手稲山地区の地すべり対策の取り組みなどを交えたセミナーを開催します。

日時 2/17 (月) 18 時～19 時 30 分

会場 手稲コミュニティセンター 1 階ホール
(手稲本町 3-1)

定員 先着 150 人

申込 2/13 (木)までに、メールの文面に住所、氏名、電話番号を入れて下記アドレスに送信
kensetsu.kasen2@pref.hokkaido.lg.jp

詳細 北海道河川砂防課 ☎ 204-5560

申込メール

