

- 東区民のページ -



2026

4

# ひがし

特集

タッピーのココ行っところ!

～桜を楽しむ編～



東区マスコットキャラクター  
「タッピー」



人口  
データ

国勢調査の実施に伴い、  
速報値が公表されるまでの間は  
掲載を見合わせます。

編集

東区役所総務企画課広聴係

☎741-2414 Fax742-4762

Eメール hi.somu@city.sapporo.jp



東区民ホームページ  
「ようこそひがしく」



# 春到来 タッピーおすすめ

## 桜のスポットを一挙紹介

※桜の開花は、気候などにもよるので気象庁や各スポットのホームページなどでご確認ください。

※紹介しているスポットでは火気の使用はできません。

### モエレ沼公園



#### おすすめポイント

1

サクラの森ではエゾヤマザクラを中心に約 1,600 本の桜を楽しめるよ



2

ガラスのピラミッドで軽食をテイクアウトできるよ



3

広い園内をレンタサイクルでも移動できるよ

4/25 (土) から P1 駐車場で貸し出し (有料)



#### 4/29 (水・祝) に桜ツアーを開催するよ



ボランティアガイドとサクラの森を巡りませんか。申込不要ですので、お気軽にご参加ください。

集合時間 10 時 (受付 9 時 30 分から)

集合場所 ガラスのピラミッド 1 階受付

問い合わせ先 モエレ沼公園管理事務所

☎ 790-1231

五輪マークと桜のコラボは絶景！

### 美香保体育館

(北 25 東 5)



◀ 体育館は、1972 年冬季オリンピックのフィギュアスケート会場だったんだよ



# 丘珠空港緑地



## おすすめポイント

1

飛行機を眺めながら  
桜を楽しめるよ



2

家族でパークゴルフ(有料)や  
飛行機をモチーフとした遊具を  
楽しめるよ

※パークゴルフの営業は 4/25 (土) から  
を予定しています。詳細はホーム  
ページでご確認ください。

3

クッション性のある舗装のコースや  
アップダウンのあるコースなどで  
ウォーキングができるよ



約 660m の桜並木は壮観!

## 元町の桜並木

※駐車場はありません



▲中央分離帯に並ぶ 60 本以上の桜は、知る人ぞ知る絶景スポット



桜の特集は  
まだまだ続くよ  
6 ページも見てね

## タッピーが描かれたオリジナル絵本の貸し出し・閲覧を開始します！

タッピーが空飛ぶ機関車に乗って東区を巡る絵本の無料貸し出し・閲覧を4/20(月)から開始します。ぜひ手に取ってお楽しみください。

### 貸出場所

東区民センター 図書室 (北11東7)  
元町図書館 (北30東16)  
中央図書館 (中央区南22西13)  
えほん図書館 (白石区南郷通1)

### 閲覧場所

東保健センター こそだてインフォメーション(北10東7)  
さとらんどセンター キッズコーナー (丘珠町584-2)

**詳細** 地域振興課まちづくり調整担当係  
☎ 741-2429



△QRから絵本を読みます

## 東区の魅力が一目で分かる人気のマップ「東区ガイド」をリニューアルしました！

「東区で、なにをする？」をテーマに、アートや歴史、家族で楽しめるアクティビティなどのスポットを紹介しています。東区の楽しいが詰まったこのマップを持って、東区の魅力を再発見してみませんか。



### 配布場所

東区役所 1階0番窓口  
区内各まちづくりセンター  
区内各地区センター



▲QRからもご覧になれます

**詳細** 総務企画課広聴係 ☎ 741-2414

## 東区役所で行っている無料相談

問題解決の糸口をつかんでいただくことを目的に、専門の相談員による無料相談窓口を開設しています。ぜひご利用ください。

※書類作成など具体的な業務は行いません。

※祝・休日、年末年始(12/29～1/3)は休止します。

**詳細** 総務企画課広聴係 ☎ 741-2414

相談名	相談員	実施日	時間	相談内容	備考
法律相談 (予約制)	弁護士	月2回 第2・第4 月曜日	13時15分～ 16時35分 (20分間)	困りごと、争いごとの法的 見解、解決方法	面談のみ(電話相談は不可) 法律相談:先着7人 司法書士相談:先着6人
司法書士 相談 (予約制)	司法書士	月2回 第1・第3 火曜日	13時～16時 (おおむね30分間)	相続、遺言、不動産登記、 多重債務など	(予約方法) 実施日の9時から 電話で受け付け ☎ 741-2424
家庭生活 相談	家庭生活 カウンセラー	毎週 火曜日 木曜日	10時～12時 13時～16時 (おおむね30分間)	家庭生活、生き方、近隣関係、 育児、夫婦関係、心情、悩み ごとなど	面談での相談を希望する方は、 区役所1階相談コーナーに 直接お越しください。
行政相談	行政相談 委員	月2回 第1・第3 月曜日	13時～16時 (おおむね30分間)	国やその関係機関などの仕事 (北海道管区行政評価局による 相談窓口)	電話での相談を希望する方は、 ☎ 741-2414におかけください。 ※相談中は電話に出ることが できません。

## 市税は納期限までに納付を

市税は納期限までに納付が必要です。ご事情（病気・災害など）により、納期限までに納付ができない方はご相談ください。

毎週木曜日（祝・休日を除く）は20時まで夜間納税相談を行っていますので、ご利用ください。

**相談先** 北部市税事務所納税課納税係 ☎ 207-3913  
(中央区北4西5アスティ45 9階)

## 子育て講座（親子同室）

### はじめてのトイレトレーニング

ちあふる・ひがしの保育士が、段階的なトレーニングの方法とお子さんとの関わり方などをお話しします。

**日時** 4/24(金) 10時～10時45分  
**会場** 東保健センター（北10東7）  
**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** 12組（先着） **費用** 無料  
**申込** 4/13(月)9時から電話で申し込み

**申込先** 健康・子ども課子育て支援担当係 ☎ 712-6331

## 苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833

### フラワーアレンジメント5月の会

初心者も大歓迎。癒しの時間を過ごしましょう。

**日時** 5/17(日) 10時～12時  
**定員** 8人（先着）  
**費用** 2,800円  
**講師** アトリエ Sue flower 鈴木 理佳氏  
**申込** 5/1(金)から電話で申し込み  
(受付9時～17時)



### 誰でもできるお庭のメンテナンス ～花壇づくりの基本編～

百合が原緑のセンターの講師が、土づくりや花壇の配置、花の植え方を丁寧にお教えます。

**日時** 5/20(水) 13時30分～15時30分  
**定員** 12人（先着）  
**費用** 300円  
**申込** 5/7(木)から電話で申し込み  
(受付9時～17時)



広告

## 東区住民集団健康診査

日時		会場
5/8 (金)	9時30分～11時30分	東区民センター（北11東7）
	13時30分～15時	

予約不要です。費用や持ち物などの詳細は、  
受診券、または右記QRからご確認ください。



**問い合わせ先** 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 711-3211

## 胃がん・肺がん・大腸がん検診

(バリウム) (胸部エックス線) (便潜血検査)

**日時** 4/20(月) (受付9時～10時)  
**会場** 東保健センター（北10東7）  
**対象** 東区にお住まいで、①胃がんは満50歳以上の偶数歳の方、②肺がん③大腸がんは満40歳以上の方  
**定員** 40人（先着）  
**費用** ①1,300円、②無料（<sup>かくたん</sup>喀痰細胞診は400円）、③400円 ①～③すべて免除制度あり  
**申込** 実施日の5日前までに電話または直接窓口で申し込み。肺がん検診のみの場合は不要

**申込先** 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 711-3211

## 栄地区センター

北36条東8丁目1-25 ☎704-6005

### 大人も楽しめる朗読会 お話の世界

待ちに待った春を朗読と音楽でお楽しみください。

**日時** 4/25(土) 14時～16時  
**対象** 小学4年生以上  
**費用** 無料  
**申込** 不要。直接会場へお越しください。

## ふしこ地区センター

伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323

### かけっこ講座

正しい走り方を習得してスピードアップを目指そう。

**日時** 5/16(土) 13時30分～15時  
**対象** 小学1～3年生  
**定員** 20人（先着）  
**費用** 600円  
**講師** テリオスアスレチックスクール 後藤 優弥氏  
**申込** 4/28(火)から電話または直接窓口で申し込み  
(受付10時～17時)

タッピーおすすめ!

東区役所周辺

# 桜を楽しむお散歩ルート

## START

東区役所前駅 3 番出口から 1 分!

### 光星緑地

(北 11・12 東 8)

※駐車場はありません



▲ チューリップも咲いてるよ 🌷



東区役所の桜も立派だよ 🌸



満開と散り際、2 度楽しめちゃう!

### 新生公園

(北 8 東 7)

※駐車場はありません



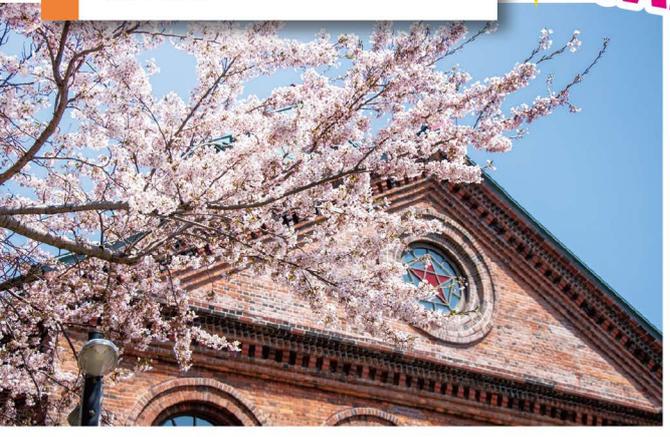
2 種類の桜が楽しめる!

### サッポロ

### ガーデンパーク

(北 7 東 9)

## GOAL



◀ 明治の面影を残す建物と桜のコラボは、絶景だよ 🌸



▲ 桜のじゅうたんは幻想的 🍡



広告