

# てつほく通信

第 53 号 平成31年(2019年)3月発行  
 手稲鉄北まちづくりセンター  
 手稲区曙 7 条 3 丁目 6-22  
 TEL 684-0048 FAX 684-0657



このてつほく通信は、札幌市ホームページ「手稲区・手稲鉄北まちづくりセンター」からもご覧いただけます。

## 心地よい汗を流しましょう！

前田森林公園で「歩くスキー」



3月3日（日）前田森林公園において、手稲鉄北まちづくり協議会が主催する「歩くスキー」が開催され、地域住民 49 人が参加しました。この日は、晴天に恵まれ暖かい日差しが降り注ぐ中、参加者たちは笑顔で歩くスキーやスノーシューを楽しみました。

▼この日、初めて歩くスキーを体験された参加者の皆さん。

▼汗を流した後は、恒例の熱い豚汁と温かいおにぎりが振る舞われました。絶品です！！



# 「ていぬペタンク」を楽しみました

～「冬のとつほくあそびねっと」鉄北コミュニティープラザで開催（1/11）～



地域に住む親子連れやお年寄りの方など46人が参加し、「ていぬペタンク」の競技や「プラ板」づくり、「紙細工」を楽しんでいました。



▲プラスチックの板に絵を描き、オーブントースターで温めて作成する「プラ板」

## まちづくり協議会の事業です

午前は山口団地会館（写真左）、午後は鉄北コミュニティープラザ（写真右）に、両会場合わせて75人の住民が参加し、ガーデニングコーディネーターの加藤清春さんを講師に招き、種から花苗を育てる方法を学び、育苗キットを持ち帰りました。

### マイタウン・マイフラワー講習会（3/15）



### トピック

#### 稲陵中の生徒が雪かきボランティアで一汗

2月15日（金）、手稲区曙7条2丁目周辺の生活道路や交差点の4か所に、稲陵中学校の1、2年の生徒79名がスコップやスノードンプを持って集まり、ボランティアで雪かきをしました。



# 手稲鉄北地区防災マップを使い易く改善

手稲鉄北まちづくり協議会では、北海道科学大学の細川准教授にご協力を頂き、手稲鉄北地区「防災マップを使い易くするためのワークショップ」を開催しました。その後、ワークショップに参加した地域の方たちで検討会を行い、より使い易い防災マップに更新いたしました。

## 「防災マップを使い易くするためのワークショップ」(11/14)

同協議会において、平成28年度に完成した「手稲鉄北地区防災マップ」をより使い易くするため、地域住民の方たちと北海道科学大学工学部の学生も加わって意見交換を行いました。【北海道科学大学】



話し合った内容はグループごとに発表し、意見を共有しました。

## 第1回「防災マップを使い易く改善するための討議会」(12/14)

ワークショップに参加した地域の方が集まり、前回出された意見を基に具体的な校正案を纏めました。【鉄北コミュニティープラザ】



## 第2回「防災マップを使い易く改善するための討議会」(2/7)

校正した「手稲鉄北地区防災マップ」(案)を確認し内容検証を行いました。【鉄北コミュニティープラザ】



### 防災マップの変更点(抜粋)

- 見易くするため、家屋図の削除及び道路区域線を全体的に濃くする。
- 避難場所の住所、電話番号の記載。
- 前田北中学校の記載。
- 主要幹線道路名及び橋梁名を表示。
- 空きスペースに各自の「メモ欄」及び気象庁が示す「津波・地震警報」の情報を記載。
- 医療施設(AEDを設置している施設)、薬局等の更新。

※更新した「手稲鉄北地区防災マップ」は、全戸配布を予定しております。

# 福祉のまち推進センターの研修・講習会

手稲鉄北地区福祉のまち推進センターでは、ひだまりサロン（同地区社会福祉協議会）との共催により、2月と3月に研修や講習会を開催しました。



## 災害時のための地域支え合い研修 (2/6)

講師に手稲区社会福祉協議会の小野寺氏を招き、地域における高齢化や近所付き合いの実態など、福祉のまち推進センターの活動を踏まえ「見守り・訪問活動」の位置づけが町内会活動の重要課題となっていることについて講演して頂きました。その後、スタッフが調理した「イモ団子汁」や「お汁粉」が振舞われ、参加者たちはおいしそうに口にしながら、周りの人たちとおしゃべりなどを楽しみました。

【鉄北コミュニティープラザ】



## 笑いヨガ講習会 (3/6)

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた「笑いヨガ」を体験してもらおうと開催されたもので、参加者たちは、実際に体を動かしながら、大きな声で「ハハハ」と笑うことでたくさんの息を吐き、そして吸い込んでいました。【鉄北コミュニティープラザ】



「笑いヨガ元気プロジェクト北海道」主宰リーダーの櫻井英代さんが講師を務めました。



作り笑いが、やがて本気の笑いに変っていききました。