

新さっぽろ
町内会

10月資源回収日 のお知らせ

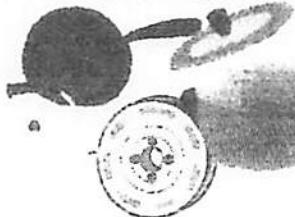
●10月11日（土）8時30分まで

・アルミ缶	・ビール、コーヒー、ジュース等
・金属	・鍋（鉄、アルミ、銅製）、フライパン、アルミホ
・新聞	・折込チラシ ・宅配や美容室等のチラシ ・会社、学校からのプリント、コピー用紙
・雑誌	・通販カタログ、パンフレット ・広報さっぽろ等の冊子・使用済ノート等
・ダンボール	・箱に差込まず全てたたんで紐で縛る
・紙パック	・箱を開いて洗い紐で縛る
・びん	・ビール瓶（国内メーカー）

○出す所

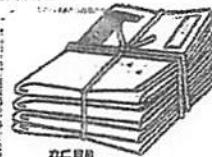
- ・マンション等は、ゴミステーション横
- ・戸建て住宅は、玄関前歩道

鍋、フライパン、
やかん、車の
アルミホイールなど



紙類

ポイント
1



集団資源回収か
回収拠点に！

「雑がみ」でも出せます。

地域の回収日等は… | 札幌市 資源回収 実施状況 検索

町内会資源回収活動にご協力を！！

- ・毎週金曜日のゴミ収集日に、アルミ缶が相当数捨てられていますので、努めて町内会の資源回収日に出していただき、町内会の資源回収活動にご協力下さい。
- ・昨年の町内会資源回収活動の実績⇒年間約1.51万円（古新聞1.1万余、アルミ缶0.41万）で、市から資源回収実績に応じた奨励金は約6.71万、合計8.22万となっています。

“さわやかサロン開催のご案内”

令和7年9月21日 新さっぽろ町内会福祉部

新さっぽろ町内会では高齢者福祉活動の一環として、健康で楽しく過ごすためにおしゃべりし、笑い会えるサロンをめざして毎月3回開催しています

10月は年1回のビンゴゲームや？ゲームなどを楽しむ駒岡の旅が10月15日に予定されています。沢山の方々の参加をお待ちしています

記

1) 対象 新さっぽろ町内会会員 年齢（60歳以上）

2) 10月の予定

* 4日（土） 10時～12時 厚別老人福祉センター教養I

さわやか体操、愛唱歌、ゲーム、今月の運だめし など

* 15日（水曜日） 駒岡の旅 会費2000円

9時30分厚別老人福祉センター出発

詳しい予定表は後日お届けします

申込しきり 9月30日（樋田 894-5126）

* 19日（日） 10時～12時 厚別老人福祉センターハウス大広間

樂々ヨガ、おしゃべり、こども盆踊り

（子供にもどってリズム良く）



バスタオル持参（ヨガで使う） 参加費 1回 100

* 26日（日） 10時～12時 厚別老人福祉センターハウス大広間

モルック 参加費 無料 持ち物 なし

問合せ先 樋田（894-5126）

✿ 秋の清掃実施について ✿

新さっぽろ町内会では、秋の清掃活動を下記のとおり実施します。
皆様のご協力をお願い致します。

*日 時 10月19日（日）午前9時から（雨天実施）

各区毎に区長の裁量と指示により、区内及び周辺の歩道、側溝、公園

街路樹花壇の落葉やゴミの収集をお願いします。（河川敷地は適用外）

*集合場所及びゴミ集積場所

区名	集合場所	ゴミ集積場所
グランドハイツ		
プレジデントハイム 松井ハイム	もみじ橋公園	新さっぽろ東公園 ゴミステーション横
ミサワホーム	新さっぽろ東公園	
1~7区		
シティハウス クレアホームズ	シティーハウス 駐車場	サンエースB棟南側 ゴミステーション横
ロジエ新札幌 XS新札幌 プレミスト新札幌	ロジエ新札幌 駐車場	ロジエ新札幌 ゴミステーション横
アカシヤコート カーサ新札幌 下の区	アカシヤコート 駐車場	アカシヤコート ゴミステーション横

*ゴミの回収は、10月20日(月)午前中に行われます。

*大型ゴミ等の処置

清掃活動で集めたゴミでも、自転車、電化製品、ママさんダンプ等の大型ゴミは
回収されませんので、当日「集積場所」に出さないで下さい。

放置自転車、電化製品等があれば収集しないで環境部 吉仲まで連絡下さい。

☎:090-8907-3594

10月 お知らせ

(令和7年9月21日)

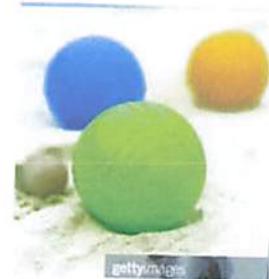
新さっぽろ町内会 女性部

ペタンクゲーム

1 日 時 10月21日（火） 13:00～15:00

2 場 所 新さっぽろ東公園

3 その他



- ① 服装は軽やかで動きやすいもの、靴はかがとの低いもの
- ② 今年最後のゲームになります
- ③ 飲み物は各自持参でお願いします

手芸サークル

1 日 時 10月11日（土） 13:00～15:00

2 場 所 厚別老人福祉センター 2階 教養1・2

3 内 容 ハロウィン コウモリ

持ち物・裁縫道具



*マスク着用で参加お願いします

4 問い合わせ 福井（090-9433-0709）川島（090-1524-4266）

夏休み三世代交流行事速報

R7. 9. 21

皆様のご協力有難うございました。

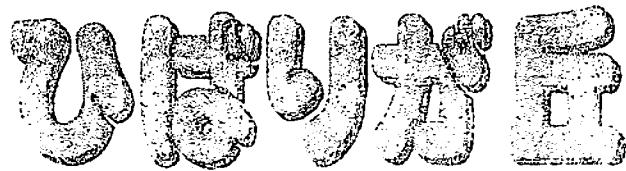
町内会長

- * 子供ラジオ体操（7月26日～8月24日）



- * 納涼まつり・花火大会（8月17日）





学校便り

(令和7年度 第6号)

令和7年8月29日発行

札幌市立ひばりが丘小学校

住所 札幌市厚別区厚別中央2条4丁目3番1号

TEL 011(892)-4802 Fax 011(892)-4497

学校HP <http://www16.sapporo-c.ed.jp/hibarigaoka-e/>

キラリ遠足に向けて

こころ部 川上暢子

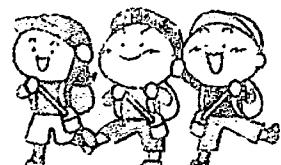
2学期が始まって1週間。まだまだ暑い日は続いているが、吹く風に秋の気配を感じる季節となりました。

今週の金曜日は子どもたちが楽しみにしているキラリ遠足です。ひばりが丘小学校の遠足は異年齢交流ができるように、2学年がペアになって目的地の公園まで行きます。1・6年生は厚別中央公園、2・5年生は青葉中央公園、3・4年生は上野幌公園です。歩きながらおしゃべりしたり、公園で一緒に遊んだり、おやつを食べたりします。キラリ委員会では1学期から「みんなで仲良く楽しい遠足にしよう。」をめあてに、低学年の子たちと仲良く遊べるように計画を立てて準備をしています。この形での遠足は今年で2回目です。三年前までのキラリ縦割り活動の流れを汲んで、異年齢での交流を大事にしたものとなっています。

キラリ遠足のねらいは、自分たちでめあてを作り、意欲的に活動すること、マナーを守って集団行動をとること、また、上の学年は、楽しんでもらえるような活動を考え、自覚と責任をもつて行動することができること、下の学年は、上の学年に協力し、感謝の気持ちをもつことができるということです。「歩く」ことだけではなく異年齢での交流もメインになってくる分、高学年には少しハードルが上がりますが、昨年は頼もしい高学年の姿を見ることができ、子どもたちの成長の場となっていました。

私が子どもの頃の遠足はまさに「遠足」で、普段行ったことがないような遠い所の公園まで歩いてへとへとになった記憶があります。でも、教室での学習とは違って外のいい空気を吸って、友達と一緒に食べるおやつは何よりの楽しみでした。また、頑張って歩いた後は疲れ以上に心地よく達成感をもったものでした。「歩く」ことのメリットを調べてみると①体力がつき健康維持につながる ②骨の強化を促す ③深く呼吸ができ、脳のパフォーマンス向上に役立つ ④自律神経の活動を安定させる ⑤気分をリフレッシュさせ、ストレスが発散される、など様々な効用が書かれていました。自分自身を振り返ってみると、最近の生活の中で歩くことが少なくなっていることを感じます。もう少し意識して歩いてみようかなと思い、早速、歩数計機能付きの時計を用意しました。

初秋の一日、子どもたちみんなが気持ちよく楽しい時間を過ごせるような遠足にしていきたいと思います。できれば暑くもなく雨降りでもなく、いい天気になりますように！



9月の行事予定

1日(月)	後期教科書配付(ひ・1~5年) ニッセイ名作シリーズ鑑賞(4年)【教育文化会館】 ※4年生のみお弁当持参 児童委員会⑦
3日(水)	こころの劇場(6年)【hitaru】 なわ跳びDAY① S C 来校日(午後)
5日(金)	キラリ遠足(給食有り)
8日(月)	全校朝会② クラブ活動④
9日(火)	薬物乱用防止教室(6年) 校外学習(1年)【サンピアザ水族館】 P T A 資源回収
10日(水)	キラリ遠足予備日 S C 来校日(午前)
11日(木)	なわ跳び検定②(2・4・6年) 5年宿泊学習保護者説明会(15:30~)【ぼぶら】
12日(金)	校外学習(4年)【青少年科学館】
15日(月)	敬老の日
16日(火)	なわ跳び検定②(ひ・1・3・5年)
17日(水)	幼保小よさこい交流(5年) S C 来校日(午後) ぴーちくパーク なわ跳びDAY②
18日(木)	学習参観懇談(全学年)(5校時)
19日(金)	校外歩行(ひばり)【上野幌公園】
22日(月)	大谷DAY① クラブ活動⑥
23日(火)	秋分の日
24日(水)	S C 来校日(午前) 校外学習(2年)【厚別図書館】 なわ跳びDAY③
25日(木)	会議のため全学年5時間授業
26日(金)	大谷DAY③
29日(月)	厚別南中学校区挨拶週間(~10月3日) 児童委員会⑥
30日(火)	大谷DAY④ 前期通知表配付

雨天で実施できなかった6月の予告なしの避難訓練を9月に行います。予定されていなくても、しっかり避難をすることで、自分たちの安全を自分で守ることをねらっています。

大谷選手から寄贈されたグローブを使った体育委員会主催のイベント

お知らせ
ALTのレーアニー・トレスネーヘンダーニー 先生が、1学期で離任いたしました。2学期からは、レーアニー教諭に替わりALTとして、ジョッシュア・ボイル 先生が着任いたしました。

○後期教科書について(9月1日)

9月1日に、後期用の教科書を配付いたします。乱丁・落丁がないかご確認ください。不備があった場合は、記名をせず担任にお返しください。後程、新しいものをお渡しします。後期の教科書の使用時期につきましては、各担任から連絡がありますので、それまで記名をして大切に保管してください。

【配付する教科書】

- 1年 国語・生活(下)・図工(下)
- 2年 国語・算数
- 3年 国語・算数・図工(下)
- 4年 国語・算数
- 5年 図工(下)

※生活科と図工の教科書は来年度使用します。失くさないように大切に保管しておいてください。

○個人懇談について

期間 10月9日・10日・15日・16日・17日

個人懇談期間は、短縮5時間授業となり、13時45分下校となります。

詳しくは、9月5日(金)に配付いたします「個人懇談のご案内」でご確認ください。

前期通知表配付

9月30日(火)に、前期の通知表を配付します。4月からのお子様の学習や生活の様子、頑張りなどについてお知らせいたします。

ぜひお子様と一緒にご覧になって、これまでの成長の確認や、後期の学習への意欲付けなどに活用していただきたいと思います。

【返却について】

クリアファイルから「学習の様子」「行動の記録」(裏表1枚になったもの)は家庭で保管していただき、「通知表の見方」に押印の上、クリアファイルごと10月6日(月)までにご返却ください。

子どもの命の大切さを見直す月間

札幌市では、2学期開始から9月末までの約1か月を「子どもの命の大切さを見直す月間」と設定しています。本校では、心と体の健康観察アプリによる日々の見取りや、道徳教育をはじめ、仲間と支え合う活動などの自主的な活動を取り入れることにより、子どもたちが安心して生活できる教育活動を進めていきます。また、全教職員が保護者と連携しながら一人一人の子ども理解に努め、自他のかけがえのない命を大切にする指導の徹底を図ります。



もみじだい

学校教育目標 「夢をもち 地域と共に生きる生徒の育成」

プラス思考を大切に 充実した2学期を

校長 木原 英俊

今年の夏は、北海道でも例年以上の猛暑となり体調管理が難しかったのではないかと思います。日本各地に目を向けると、猛暑に加えて記録的な豪雨の影響で大きな被害を受けた地域もある中で、約1か月ぶりに皆さんと元気に再会できたことをとても嬉しく思っています。1学期の最後に、しっかりとリフレッシュをして、何か一つでも「やり切った」と思える経験をしてほしいとお話ししました。皆さんにとっては、どんな夏休みだったでしょうか。

—中略—

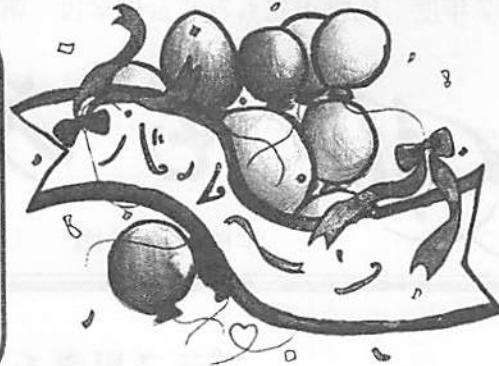
ところで私事ですが、この夏休み中に昔からの仲間数名と、久しぶりに家族ぐるみで会う約束をしていました。「どこで集まる?」という話になったので、「よかつたらウチに来ない?」と誘ってみました。まだお子さんが小さい仲間もいますが、我が家は息子たちが巣立っていたので、場所と時間には多少の余裕があるからです。「それはいいね!」となったものの、よくよく家の中を見回すと様々なことが気になり始めました。曰く「転勤のたびに増える古い書類の山」「誰も遊ばなくなってホコリが溜まったおもちゃ」「固まって使えない絵の具や缶スプレー」等々。挙げたらキリがありません。そのどれもが、面倒臭さに負けて、今は忙しいと言い訳しつつ、そのうちいつか…と、後回しにしてきたものです。そこで今回がいいチャンス!と一念発起し、徹底的に断捨離をすることにしました。最初は迷いながら少しずつ捨てていたのですが、次第に勢い付いてきて楽しい気持ちになりました。理由はいろいろありますが、「目に見えて片付いてきたことが楽しい」「仲間が集って過ごす楽しい時間を想像するのが楽しい」「忘れていた様々な思い出が蘇ってくるのが楽しい」といったところでしょうか。「面倒くさくてやりたくないこと」と「面白くて楽しいこと」は、同じ人であっても、その時の考え方や気持ち次第で大きく変わるものです。どうせ同じことをするなら、プラス思考でやった方が自分のためになることを、改めて感じる機会になりました。

2学期は1年間で最も充実した時期といわれています。学校祭や合唱フェスティバル等の行事や日々の授業、部活動は1, 2年生を中心に活動してきた成果が少しずつ形になってくる時期です。ですが、時には「やりたくない」「面白くない」「忙しいから後にしよう…」と感じてしまうことがあるかもしれません。そんな時は、少しだけプラス思考でポジティブに考えてみてください。一人では難しい時には仲間がいます。一人で悩まずに一緒に考えたら勇気がでますし、先生方もきっとアドバイスをくれるはずです。それができたら、きっと思いがけない発見があって、それも貴重な経験の一つになるはずです。今日からいよいよ2学期がはじまりますが、周囲との関わりも大切にしながら、新鮮な気持ちで学校生活をスタートしてください。

～始業式校長挨拶より抜粋～

学校祭のお知らせ テーマ「バルーン」

10月1日(水)に学校祭が開催されます。テーマの「バルーン」には「準備期間中に各学級の『団結力』や『感謝の気持ち』、『達成感』を少しづつ膨らませ、学校祭当日にもみじ台中らしく明るい個性あふれる元気な姿や、練習の成果がいっぱいに詰まった10個のカラフルなバルーンを天高く浮かべよう!」という思いが込められています。学校祭の様子は次号で掲載予定です。



就学援助の申請はお済みですか?

R7.10月～R8.9月分の就学援助について、電子申請が可能となっております。申請を御希望の御家庭でまだ申請がお済みでない方は、こちらのQRコードより申請をお願いします。

従来通り、紙での申請も可能です。

申請書用紙を御希望の場合は、担当まで御連絡ください。

担当：事務職員 藤原 (TEL897-4584)



9月のおもな行事予定

- 10日(水) 3年学力テストA
- 12日(金) 会議日のため完全下校
定時退勤日 No部活動 Day
- 17日(水) 学校祭活動開始

中体連新人戦結果報告(8月28日現在)

○陸上競技部(8月21日・22日)
男子リレー ○○ ○○・○○ ○○
・○○ ○○・○○ ○○ 準決勝進出
○○ ○○ 走り高跳び 第6位
○○ ○○ 走り幅跳び (全道大会出場)

○ソフトテニス部(8月21日・22日)

男子
○○ ○○・○○ ○○ペア 全市ベスト16
(インドア大会出場)
○○ ○○・○○ ○○ペア 全市ベスト32
(インドア大会出場)
○○ ○○・○○ ○○ペア 全市ベスト64

女子

○○ ○○・○○ ○○ペア 全市ベスト64
(インドア大会出場)



運動部部活動体験会について

小中連携の一貫として、次の日程で小学生対象の部活動体験会を実施します。詳しくは本校HPを御覧ください。

- 9月 6日(土) 10:00 陸上競技部①
- 9月 7日(日) 11:00 バドミントン部
- 9月 13日(土) 9:00 野球部
- 9月 14日(日) 11:00 男子バスケットボール部
- 9月 20日(土) 13:30 ソフトテニス部
- 9月 27日(土) 10:00 陸上競技部②
- 9月 28日(日) 11:30 女子バレーボール部

学校HP



子どもが活動する場所への

私用端末等の取扱いについて

札幌市教育委員会では、子ども及び保護者が安心して過ごせる校内環境を一層整備する観点から、教室など子どもが活動する場所へのパソコン、スマートフォン、タブレット、デジタルカメラなどの私用端末や私物の記録媒体（SDカード等の外部記録媒体）の持込みを原則禁止とすることとしました。ただし、私用端末を業務上やむを得ず持ち込む場合は、管理職に申請し、許可を得ることとしています。

【許可される場合の例】

- 校外学習など学校外での活動を行う場合
- デジタル教材等の提示のみを目的として利用する場合
- 授業を伴う研修会で指導案の閲覧や記録メモをとるなど、撮影を伴わない場合

① 地域学校協働活動とは?

地域住民、学生、保護者、NPO、民間企業、団体等の幅広い地域住民等の参画を得て、学校を含む地域全体で子どもたちの学びや成長を支える、地域と学校が連携・協働して行う様々な活動のことをいいます。

例えば、学校の教育課程内で行う授業補助やキャリア教育支援、本の読み聞かせ活動や登下校の見守り、放課後の学習支援、さらには休日の体験活動など、多様な活動が考えられます。

これらの活動を通して地域ぐるみで子どもを育てます。

② コミュニティ・スクールとの関係は?

コミュニティ・スクールで話し合われた(熟議された)、「こんな子どもに育ってもらいたい」、「そのためにみんなでできること」等の内容を地域学校協働活動で実現します。

③ コミュニティ・スクールと地域学校協働活動の一体的な推進

コミュニティ・スクール

地域とともにある学校づくり

学校のグランドデザイン(自指す子ども像)を踏まえ、目標やビジョンを共有し必要な取組を熟議する場



地域学校協働活動

学校を核とした地域づくり

学校運営協議会で熟議された必要な取組等を形にする活動の実施

できる人が
できる時に
できる事を

緩やかなネットワークを形成した任意性の高い協力関係



地域学校協働活動推進員

教育委員会が委嘱する地域と学校をつなぐコーディネーター

学校運営協議会に委員として参加し、活動をコーディネート

④ 実際に活躍している推進員さんからナッセージ



手稲中央小☆こども未来応援団
地域学校協働活動推進員
駒ヶ嶺 智史さん

私たちちは、学校と一緒に地域のみんなで子どもたちの成長を支えられるよう、学校を中心に地域の輪を広げる活動をしています。子どもの成長は決して学校だけが担うものではありません。特に最近は、子どもを取り巻く環境の大きな変化や、課題の多様化、その対応による学校の多忙化等と言われています。こうした大変な時代だからこそ、子どもたちの成長を見守る地域と、保護者の皆さん之力が必要だと感じています。地域学校協働活動は、そんな地域の力を、家庭や学校の教育とつなげ、子どもたちの成長を支えます。どんな活動でも、どんな集まりでも大丈夫です。たくさんの人で作り上げる「連携・協働」が大きな力となり、子どもたちに届きます。「できる人が、できる時に、できること」をやってみましょう。そして、学校も地域を信じてください。この街と子どもを愛する地域の仲間はきっと力になってくれるはずです。

未来を担う子どもたちは地域の宝です。子どもたちの笑顔のために、皆さんも一緒に地域学校協働活動をしてみませんか。

⑤ 地域学校協働活動の取組をご紹介

授業内



真栄小学校区
地域連携本部

「マイドリームプラン(キャリア教育)」
6年生の総合の時間に実施



手稲中央小
☆こども未来応援団

プロに学ぶ「声って楽器が好き!
みんなで楽しい声の出し方レッスン」
3年生の音楽の時間に実施

放課後



手稲西中学校
地域連携協議会

放課後学習会「まなぼう」
放課後に学習サポートを実施



屯田南小学校
サタデースクール運営協議会

「紙工作体験」
保護者懇談会の時間を活用して実施

休日



中央小学校
運営協議会

「中央小グラウンドプレイパーク」
夏休みのグラウンドを活用して実施



みずばしょうクラブ運営協議会
(星置中学校)

「絵本と音楽の集い」
土曜日に小中学生を対象に実施

問い合わせ

【学校運営協議会について】

札幌市教育委員会学校教育部教育課程担当課
TEL : 011-211-3891

【地域学校協働活動について】

札幌市教育委員会総務部生涯学習推進課
TEL : 011-211-3872

発行：令和7年（2025年）4月 編集：札幌市教育委員会



札幌市
02-S02-25-733
R7-2-561



札幌市 コミュニティ・スクール

（学校運営協議会制度）

家庭や地域とともにある
学校づくり



札幌市教育委員会
SAPP_RO



コミュニティ・スクールってなに?

「学校運営協議会」を設置した学校のことを言うよ。学校運営協議会は、学校と地域が連携して子どもたちを育てていく仕組みのことで、保護者や地域の皆さんが学校運営に参画し、学校が家庭や地域と一緒にとなって、子どもの育ちや学びの充実に継続して取り組んでいくよ。

学校運営協議会では、子どもたちがどのような課題を抱えているのか、地域でどのような子どもを育てていくのかという「目標・ビジョン」などを話し合うんだ。

地域の皆さんの意見を学校運営に生かし、「地域とともにある学校づくり」を実現していくよ。



コミュニティ・スクールの魅力・ナリット

子どもにとっての魅力

子どもたちの学びや体験活動が充実します

地域への愛着が生まれ、地域の担い手としての自覚が高まります

防犯・防災等の対策によって安心・安全な生活ができます

保護者にとっての魅力

学校や地域に対する理解が深まります

地域の中で子どもたちが育てられているという安心感があります

地域にとっての魅力

地域の防犯・防災体制等の構築ができます

経験を生かすことで生きがいや自己有用感が生まれます

学校運営協議会により地域ネットワークが形成されます

教職員にとっての魅力

地域人材を活用した教育活動が充実します

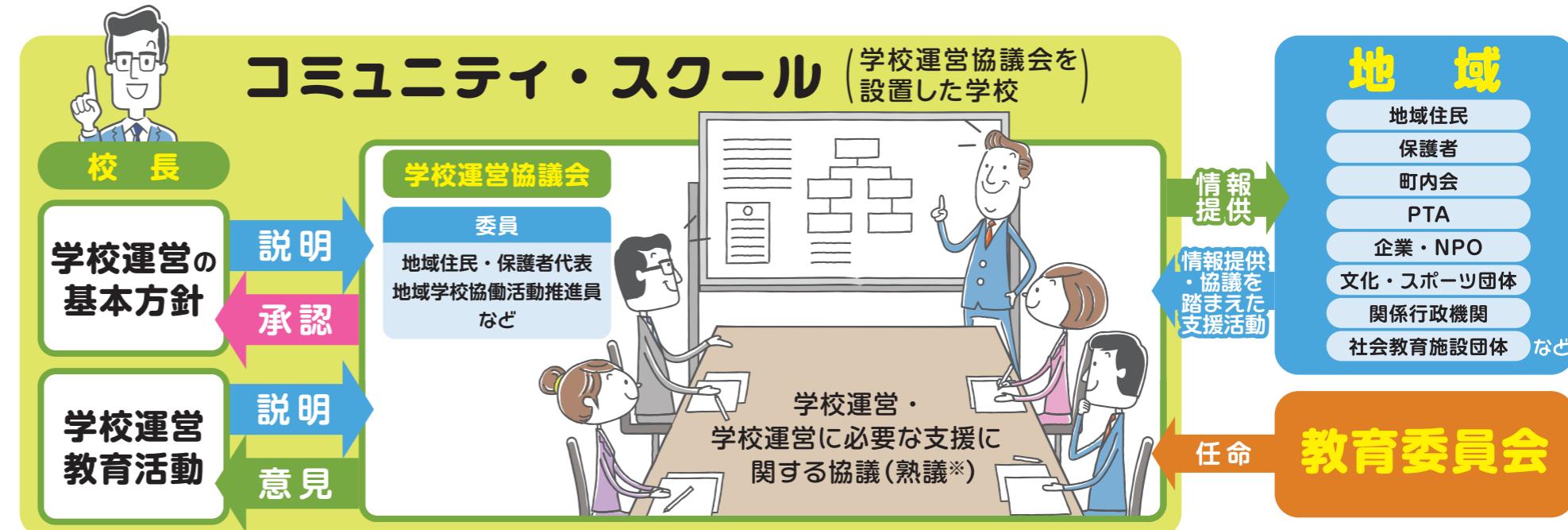
地域の方々の理解と協力を得た学校運営が実現します

地域の協力により子どもと向き合う時間の確保ができます



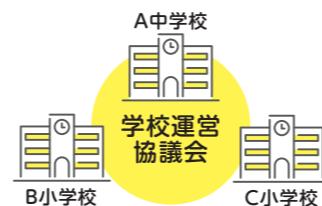
札幌市では「コミュニティ・スクール」を導入^{*}し、保護者や地域など子どもに関わる人たちの意見を学校運営に反映させ、子どもの多様な学びや成長を支えます

*: 2024年度から順次導入



札幌市における学校運営協議会の特徴

① 小学校と中学校のパートナー校で一つの学校運営協議会を設置します。



義務教育9年間における系統性・連続性のある学びや育ちを充実させます。

② 子どもの声を学校運営協議会に取り入れ、学校運営に反映させます。



なぜコミュニティ・スクールが必要なの?

子どもたちを取り巻く環境や学校が抱える課題は複雑化・多様化していて、学校が地域の皆さんと連携・協働することがますます重要なんだ。未来を担う子どもたちの豊かな成長のためには、「社会総掛かりでの教育の実現」が不可欠だと言われているよ。

学校運営協議会では何を話し合うの?

学校運営や学校運営に必要な支援について話し合うよ。

- 学校運営協議会 ●校長が作成する学校運営の基本方針を承認するの主な役割
- 学校運営について、教育委員会や校長に意見を述べることができます



学校運営協議会での話合い例

〈アンケート〉
中学生

小学校と合同の避難訓練で、小学生の避難誘導を初めて経験しました。
地域には様々な世代の人々が住んでるので、中学生の私たちでもできることはたくさんあると気付きました。

町内会でも地域の人が協力して安心・安全なまちづくりを進めています。
中学生に意見を聞くと大人とは違う発想が出てくるし、中学生は体力があるので皆さんに手伝ってもらえるととても助かります。



地域の皆様と連携して取り組みたいです!



学校で実施した避難訓練について学校運営協議会で意見交換したところ、災害時の中学生に期待する役割や協働について、今後も話し合っていくことになりました。

小中連携 地域連携

2025年(令和7年)10月 センターだより

おあしそ10月号

SAPPORO

発行 指定管理者

社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会

札幌市厚別老人福祉センター

〒004-0051 札幌市厚別区厚別中央

1条7丁目17-25

TEL 892-2211



10月の休館日 13日(月)スポーツの日

10月講座予定表

	講座名	曜日	講座日			時間
定員制講座	健康ヨガA		6	20	27	第1・3・4 9:30~10:30
	健康ヨガB	月				10:45~11:45
	水彩画A		6	20		10:00~11:30
	水彩画B					13:00~14:30
	骨盤体操		6	20	27	第1・3・4 14:15~15:15
	絵手紙	火	7	21		13:00~14:30
	茶道	水	1	8	15	13:00~14:30
申込制講座	書道	金	3	10	17	13:00~14:30
	フラダンス	土	11	18		第2・3 13:30~14:45
自由参加講座	カラオケ	木	9	23		10:00~12:00
	健身体操	月	6	20	27	第1・3・4 13:00~14:00
	詩吟	火	7	21		10:00~12:00
	舞踊		7	14	21	13:00~14:30
	社交ダンス	水	1	8	15	13:00~15:00
	民謡	金	3	10	17	10:00~12:00
	カラオケ講座 今月の課題曲					
男性		玄海しぶき		歌手	池田 輝郎	
女性		桜は桜		歌手	真木 柚布子	

※急遽予定が変更になることもあります。あらかじめご了承下さい。

自由参加講座は回数制限はありませんので、ご自身の体調等によりご参加ください。



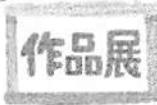
「令和7年度作品展」のお知らせ

●日程：令和7年10月29日(水)・30日(木)・31日(金)

●時間：10:00~15:00 最終日は13:00まで

●場所：1階大広間

書道・水彩画・絵手紙・木彫・皮革・折り紙などの
講座・サークルのみなさまの作品を展示いたします。
すばらしい作品が多数出展の予定です。ぜひ、ご覧ください。
たくさんのご来場お待ちしております。



SAPPORO

発行 指定管理者

社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会

札幌市厚別老人福祉センター

〒004-0051 札幌市厚別区厚別中央

1条7丁目17-25

TEL 892-2211

開放状況

ロビー	開放
定員制講座 申込制講座 自由参加講座	開講
サークル	開放
入浴(お風呂)	利用可
図書室	利用可
機能回復訓練室 (マッサージ機・運動器具・血圧計)	開放 16:30迄
囲碁・将棋	
卓球	開放
飲食	1階のロビーのみ可
2階のだんらん室の利用がない日は開放(飲食可) 16:30迄	

10月の卓球利用日

火 7 14 21 28

金 3 10 17 24

土 4 25

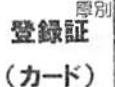
日 12 19



※31(金)の開放はありません

開放時間 9:00~16:00
土日の午後に、まわりに人がいない
時は、16:00でなくても声を
かけあって、必ず、片づけをお願い
します。

入館受付の際には、
必ず登録証を
ご提示ください。



老人福祉センターご利用の皆様へ【お願い】

- 体調が悪い場合や発熱がある時は、センターを利用しない
平熱を超える発熱や、だるさや疲れやすいなど普段と違う場合、咳やのどの痛み、同居家族に体調不良の方がいる時は様子をみましょう。
- 高齢者施設のため、マスクの着用をお願いしております
- 手指消毒や手洗い（活動前、活動後、トイレ使用後）
石鹼で手洗いをして、こまめに手指消毒をしましょう。
- 館内はケガや衛生上の観点から、素足やスリッパ等はご遠慮いただいております。
靴下やカバー等でご利用ください。

新さっぽろ町内会・柳寿会合同

「交通安全教室」のお知らせ

- 日 時 10月23日（木）
13:30~14:30（予定）
- 会 場 1階大広間
- 定 員 30名程度（先着順にて受付）
- 講 師 厚別交通安全運動推進委員会
交通教育指導員
- 申 込 センター受付またはお電話にて
のお申込み

※参加者にプレゼントがあります

入浴(お風呂)について

感染予防対策として混雑緩和のため人数制限を設け、当日整理券を配布します。



利用日は月・水・金の週3日

※祝日等で閉館となる場合は、同じ週の火・木の開館日を浴室利用日とします。

※詳細は入浴カレンダーをご覧ください。

料金 250円

1時間毎の入れ替え制です。

①13:00~13:40
男性6名 女性6名

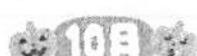
13:40~14:00

14:40~15:00は
消毒・換気を行います。
終了次第ご案内します。

②14:00~14:40
男性6名 女性6名

③15:00~15:40
男性6名 女性6名

入浴カレンダー



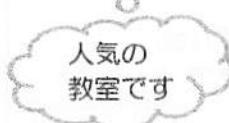
入浴日○

日	月	火	水	木	金	土
			(1)	2	(3)	4
5	(6)	7	(8)	9	(10)	11
12	13	(14)	(15)	16	(17)	18
19	(20)	21	(22)	23	(24)	25
26	(27)	28	(29)	30	(31)	

スマホ入門教室のご案内



- 内 容 「自分の機種で覚えるスマホ入門」
- 対 象 スマホを持っている方限定です
- 日 時 10月10日（金）
13:30~15:00（予定）
- 会 場 1階 大広間
- 定 員 10名（先着順にて受付）
- 講 師 北海道ITセンター札幌校
校長 相原 真人氏
- 協 力 新さっぽろ町内会
- 申 込 申込期間は9月22日（月）~30日（火）
センター受付またはお電話にてのお申込み



入館方法について

高齢者施設のため、マスクの着用をお願いしております

①入館受付

- ②靴をシューズロッカーに
入れて鍵をかける



登録証
(カード)

登録証を提示して
入館受付表に記入



必ず、鍵をかけてご自身でお持ちください。

靴を入れて施錠しない状態での使用は、
おやめください。ご利用時に鍵を紛失された
場合には、職員は、すぐに開錠することは
いたしません。閉館後の対応となりますので、
紛失しないように、十分にお気をつけください。

検温器と消毒液を
設置しておりますので、
ご利用ください。

36.0°C



木彫サークル「体験講座」のお知らせ

- 日 時 11月6日(木)・13日(木)・20日(木)
13:00~14:30
- 会 場 当センター2階 教養講座室3(木彫サークル)
- 材料費 300円 彫刻刀はご用意します
- 締 切 10月17日(金)
- 申 込 当サークルに直接お越し下さい

※3回の講座で一つの作品（コースター）を作ります
ので全日程（3回）の参加可能な方

～木彫サークル活動日～

- A組 第1・2・3 木曜 13:00~14:30
- B組 第1・2・3 金曜 10:00~11:30
- C組 第1・2・3 金曜 13:00~14:30

厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉だより



第37号

2025年9月発行

厚別区介護予防センター厚別中央・青葉

厚別区厚別中央5条6丁目5-20

特養老人ホーム かりぶ・あつべつ内

電話 896-1475

札幌市では毎年、地域の「通いの場」に参加されている65歳以上の方々の健康状態を調べています。これは、皆さまがこれからも元気に、自分らしく過ごせるよう、地域での健康づくりに役立てるための大切な取り組みです。

2024年度の調査では、厚別中央地区では「ちょっと健康が心配だな」「最近、体重が減ってきてる」「物忘れがあると言われるようになってきた」、青葉地区では「むせたり、固いものが食べにくくなってきた」「最近、転びやすくなったり…」と感じている方が、厚別区の他の地区と比べて多いという結果でした。

高齢期になると、「フレイル(心身の虚弱)」の予防がとても大切になります。いつまでも元気で過ごすためには、地域とつながり、ご自身の体の状態を知ることが、何よりも重要だと言われています。



そこで

体力測定をしませんか？

11月にすこやか倶楽部5会場で「体力測定」を実施します。ご自身の心身の状態を知る機会になりますので、初めての方でもどうぞご参加ください。日程や場所の詳細は裏面をご確認ください。

北海道リハビリテーション専門職協会や札幌市保健所と連携して体力測定の結果から、フレイル状態の早期発見・対応につながるようサポートしていきます。

事前予約は不要です。お気軽にお越しください!!

やること

①質問紙調査シートの記入

21項目の簡単な質問をチェックしてもらいます。

②指輪つかテスト

ご自分でふくらはぎの太さを指で測り、筋力量の目安を測ります。

③握力測定

握力は全身の筋力の相互関係にあるので、筋力の目安にします。

④TUG（3m先の印を回って戻る）測定

立位バランスの能力を測ります。

⑤5回立ち座りタイム測定

立ち上がり動作の能力や下肢の筋力を測ります。

結果については、翌月のすこやか倶楽部にて個別にお返しいたします。
ご自身で気になることがあれば、みなさまからもご相談ください。

《すこやか倶楽部》

7.8.9月のすこやか倶楽部は「認知症について」の講話3回シリーズでした。
どの会場も、みなさん真剣にメモをとりながら、お話を聞いていました。



《日程表》

青葉すこやか倶楽部

場所：青葉会館 日時：毎月第1金 13:30-14:30

持ち物：タオル、水分補給の飲み物

10/3 (金)

11/7(金)

12/5 (金)

運動会



体力測定

- ・介護保険のお話
- ・音楽レクリエーション

新さっぽろすこやか倶楽部

場所：新さっぽろ集会所 日時：毎月第4火曜日 10:00-11:00

持ち物：タオル、水分補給の飲み物、上靴

10/28 (火)

11/25 (火)

12/23 (火)

運動会

体力測定

- ・介護保険のお話
- ・音楽レクリエーション

ひばりが丘東すこやか倶楽部

場所：ひばりが丘東集会所 日時：毎月第4火曜日 13:30-14:30

持ち物：タオル、水分補給の飲み物、上靴

10/28 (火)

11/25 (火)

12/23 (火)

運動会

体力測定



- ・介護保険のお話
- ・音楽レクリエーション

青葉南すこやか倶楽部

場所：青葉南集会所 日時：毎月第4木曜日 10:00-11:00

持ち物：タオル、水分補給の飲み物、上靴

10/23 (木)

11/27 (木)

12/25 (木)

運動会

体力測定

- ・介護保険のお話
- ・音楽レクリエーション

厚別信濃すこやか倶楽部

場所：厚別信濃会館 日時：毎月第4木曜日 13:30-14:30

持ち物：タオル、水分補給の飲み物

10/23 (木)

11/27 (木)

12/25 (木)

高齢期に大切な
食事のお話



体力測定

- ・介護保険のお話
- ・音楽レクリエーション

すこやか倶楽部の見学・参加お待ちしております。お気軽にご連絡ください。

札幌市厚別区介護予防センター厚別中央・青葉

☎011-896-1475 (平日午前9時から午後5時まで)

担当 仁木、小山



歩行者も。自転車も。車も。他人事じゃない。

交通ルール ちゃんと守れてる 自信ありますか？



ベテランになった今だから、もう一度。

交通安全教室

新さっぽろ町内会・柳寿会 共催

10/23(木) 13時30分～

会場：厚別老人福祉センター 大広間

講師：厚別交通安全運動推進委員会 交通教育指導員

【令和7年9月】

地域安全ニュース

タイヤ盗難急増中！

北海道内でタイヤ盗難被害が急増しています！
車庫や物置などに施錠はしていますか？
今一度タイヤの保管状況の確認をお願いします



◆タイヤ盗難被害防止対策◆

- ★ 車庫や物置等、力ギのかかる場所に保管する
- ★ タイヤをチェーン等で連結して保管する
- ★ 保管場所付近にセンサーライトやアラーム等の防犯機器を設置する
- ★ タイヤ保管サービス等の活用



厚別署管内犯罪発生状況 (令和7年1月～7月末)

- 凶悪犯～2件（強盗等）
- 粗暴犯～35件（暴行等）
- 窃盗犯～391件（万引き等）
- 知能犯～50件（詐欺等）
- 風俗犯～9件（わいせつ等）
- その他の刑法犯～40件
(器物損壊等)

北海道警察公式防犯アプリ 「ほくとポリス」

◆アプリで防犯情報をお知らせします。



インストールはこちら！ ほくとポリス [QRコード]





札幌徳洲会病院

医
療
講
演

参加無料！
申込不要！

午後
2時

《演題》

老後の住まいの選択肢
～安心して暮らせる高齢者施設選びについて～

《講師》

介護老人保健施設コスモス 支援相談室課長

西村 隆宏

午後
3時

《演題》

抗生素の正しい知識
～耐性菌のリスクに注意～

《講師》

薬剤師

木村 権吾

日
時

10月06日(月)

どなたでも
参加可能

会
場

厚別区民センター 2階 会議室B

住所:厚別区厚別中央1条5丁目3-14

Webでは
全講演の情報を
確認できます！
(毎月下旬に更新)



お問い合わせ

<地域広報室> 電話(直通):011-890-1675

※緊急患者様等の対応により急遽、中止又は講師や演題を変更とさせていただく場合がありますのでご了承下さい。
中止・変更の案内は当院のホームページにて随時更新しております。(上記QRコードからもアクセスできます)
◎町内会・老人クラブ・各種サークル・企業などからの依頼講演も承っていますのでお気軽にご相談ください！

日時	10月09日(木)	会場	厚別区民センター 2階 会議室B
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 知っておきたい血管の病気のお話
	《講師》 宮武 司 (心臓血管外科部長)

午後 3時	《演題》 肺がんCT検診で早期発見を！
	《講師》 宮本 崇史 (診療放射線技師 主任)

日時	10月27日(月)	会場	厚別区民センター 2階 視聴覚室
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 腎臓のはたらき～薬によってできること～
	《講師》 福村 悠太 (薬剤部 副主任)

午後 3時	《演題》 「特別養護老人ホーム」は終の棲家？～看取り介護を通じた平穏な最期の迎え方～
	《講師》 新井 元規 (特別養護老人ホーム コスモス苑 事務課)

日時	10月29日(水)	会場	厚別区民センター 2階 会議室A
----	-----------	----	------------------

午後 2時	《演題》 胆石症の治療～皆さんが知りたいこと・皆さんに知ってほしいこと～
	《講師》 倉内 宣明 (胆道外科顧問)

午後 3時	《演題》 理学療法士がどうしても伝えたい腰痛の基本
	《講師》 垣見 尚宏 (リハビリテーション科 主任・理学療法士)

新厚別ふれあい循環バス

実証運行は5ヶ月余経過しました!

(利用状況)

1日の乗車目標 200人にまだ到達してません!

(8月の1日平均乗車数 172人と微増)

10月1日(水)よりダイヤ改正します!

- 始発便の30分繰り上げ & 最終便の30分繰り下げ
- 乗務員の休憩時間確保のための運行時間変更

★バス存続のためもう一押しの利用をお願いいたします!

運行概要

- 運行バス
(札幌観光バス)
- 運賃 **300円** (一律)
(現金のみ)
(回数券、定期券あり)
※ICカード・敬老バスは使えません
- 詳細な時刻は各バス停で
ご確認ください。



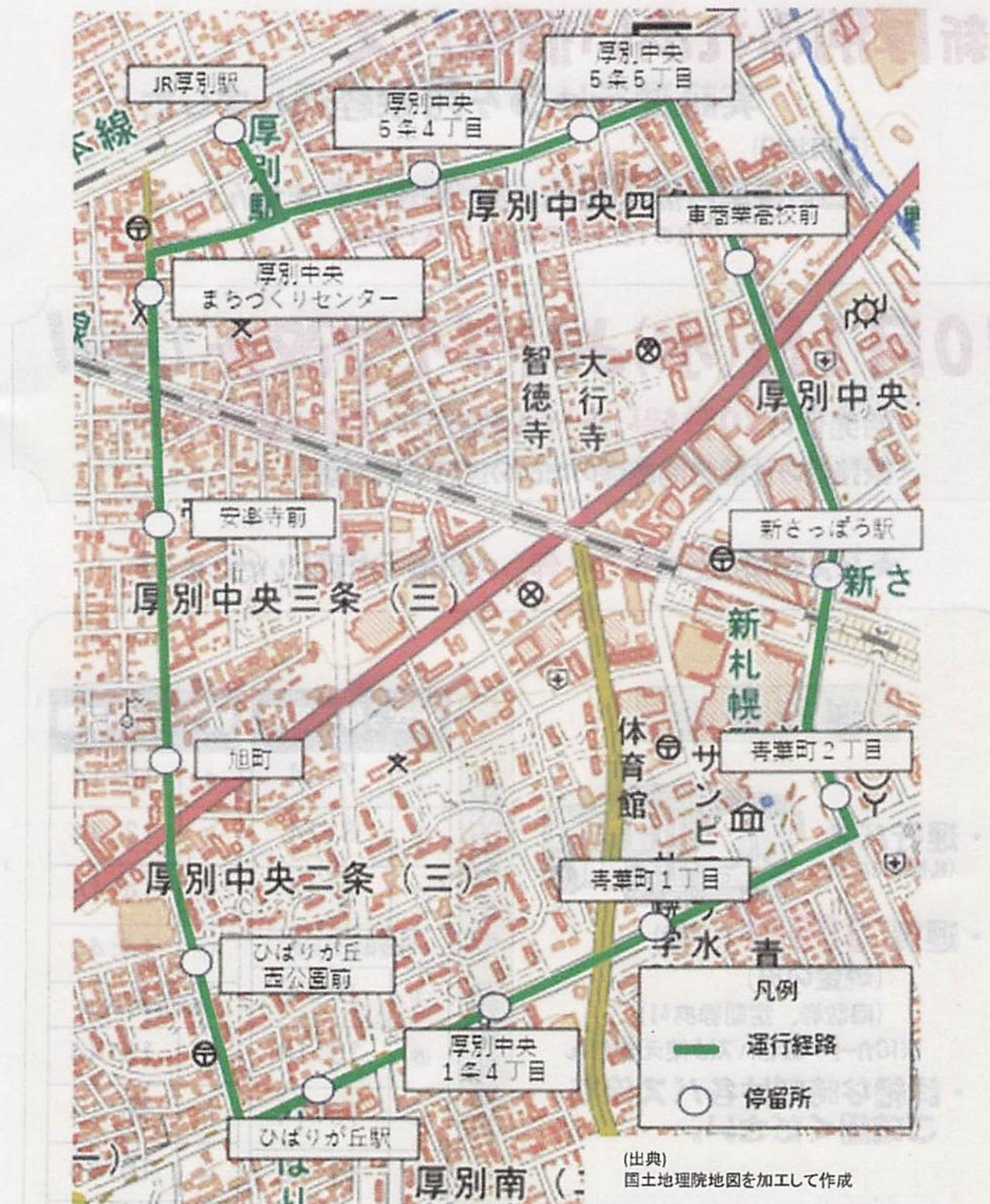
厚別ふれあい循環バス検討会
会長 田中昭夫 (厚別中央町連会長)

改正ダイヤ
(利便性拡大)

新さっぽろ駅発		新さっぽろ駅発	
①	7:44	⑧	13:14
②	8:14	⑨	13:44
③	8:44	⑩	14:14
(法定休憩30分間)		⑪	14:44
④	9:44	(法定休憩30分間)	
⑤	10:14	⑫	15:44
⑥	10:44	⑬	16:14
⑦	11:14	⑭	16:44
(休憩時間90分間)		⑮	17:14

- 便数変更なし
- 平日のみ運行
- 各バス停に改正ダイヤ掲示済

〈路線図〉





除雪ボランティア活動への支援制度があります！！

札幌市では、市民・学校・企業等と行政の協働による除雪を推進しており、地域で除雪活動を行う町内会やボランティア団体等に対し、小型除雪機や除雪用具の貸出（無償）を行っています。

※企業や町内会を対象としており、個人への貸出ではありません。

●小型除雪機の貸出（ハンドガイド型、10馬力程度）



対象となる除雪活動の一例

- ◆道路の除雪（雪山で狭くなった生活道路の幅を広げる作業、市が除雪対象としていない生活道路（車道又は歩道）の除雪）
- ◆高齢者や障がい者宅周りの除雪
- ◆消火栓やごみステーション周りの除雪



●除雪用具の貸出（スコップ、スノーダンプなど）



スコップ（金属）



スノーブッシュヤー



スコップ（非金属）



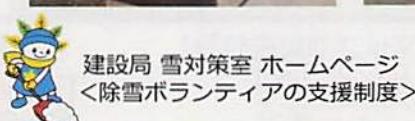
穴あきスコップ



スノーダンプ



大型そり



https://www.city.sapporo.jp/kensetsu/yuki/seido/vo_shien.html



草刈りのお知らせ

9月から10月にかけ、公園と植樹枠の草刈りを実施します。



<草刈り作業前の様子>



故障かも？な街路灯を見つけたら

夜に点灯していない街路灯や昼間に点灯したままの街路灯は、玉切れや故障している可能性があります。見つけられましたら、土木センターまでご連絡ください。



こんな街路灯を見つけたら・・・

- 夜間に点灯していない
- 昼間も点灯したまま
- 点灯したり消えたりする



<いろいろなタイプの街路灯>

① 街路灯の住所

② 管理番号（4～5ケタの番号）

をお知らせください。



*管理番号札が無い街路灯は、町内会等が管理している場合があります。

地域のみなさまへのお願い

天候や草の量によって作業の順番が変わるため、事前に日程のお知らせが難しいことをご了承ください。



編集・発行

札幌市 厚別区 土木部 維持管理課

〒004-0007 札幌市厚別区厚別町下野幌45-39 TEL : 897-3800 / FAX : 897-3856

<https://www.city.sapporo.jp/atsubetsu/doboku/index.html>



02-Q02-25-1086
R7-2-815

何を調べたら？

災害に備えて身を守りましょう！！

冊子で確認

QRコードもあるのでスマホでも見られます！



9月は防災月間です！いつ発生するかわからない地震や台風、大雨に備え、お住まいの地域の災害リスクや避難経路・避難場所などを確認し、防災意識を高めましょう。

【災害時の行動や備え】

さっぽろ防災ハンドブック



【地震時の行動や備え】

地震防災マップ



【大雨・浸水時の行動や備え】

浸水ハザードマップ



【防災訓練の手引きなど】

自主防災マニュアル



パソコンやスマートフォンで確認

【各種ハザードマップや災害情報】

さっぽろ防災ポータル



【避難所情報や避難指示の確認】

札幌市防災アプリ「そなえ」



iPhone版



Android版



パソコン
や本でも
調べられ
て便利！



大雨時の道路冠水にご注意ください！！

大雨による冠水時にアンダーパスを通行すると、自動車が故障して動けなくなる危険性があります。
「冠水情報盤」や「水深表示」をご確認ください。道路も冠水しているところがあれば進入しないようにしてください。



<水深 10cm 以上>

黄色ランプが点滅！

冠水注意

<水深 20cm 以上>

赤色ランプが点滅！

冠水 通行止



冠水している
道路には進入
しないでくだ
さい！！



道路陥没を見つけたら土木センターにご連絡ください！！

道路等の異常を見つけたら、
土木センターまでご連絡ください。
【国道の場合】道路緊急ダイヤル：#9910

上下水道の経年劣化が原因となる陥没だけでなく、土中の水分が冬の間に凍ることで舗装を持ち上げ、春にその氷が解けた際に舗装の下に隙間が発生してしまい、表面に穴があく場合もあります。



自分の機種で覚えるスマホ入門



スマホを持ってはいるが、使い方がよく分からぬ方を対象にしています。「マイク」や「カメラ」のすぐに役立つ使い方を教えてもらいましょう。

令和7年 10月10日（金）13:30～15:00（予定）

会 場

札幌市厚別老人福祉センター 1階 大広間
(厚別区厚別中央1条7丁目17-25) 定員10名（先着順）

対 象

札幌市民の方

受講料は無料です！

スマホを持っている方
限定です！

講 師

北海道ITセンター札幌校
校長 相原 真人 氏

協 力

新さっぽろ町内会

申 込

申込期間は9月22日（月）～30日（火）とします。

その他の

お申込み時にお持ちのスマホがiPhoneかandroidかをお知らせ願います
iPhoneの方はアップルIDとパスワードを記入の上持参願います（お分かりにならなくても問題ありません）



お申込みはセンター受付又はお電話にて承ります

電話：011-892-2211

札幌市厚別老人福祉センター 札幌市厚別区厚別中央1条7丁目17-25

地域あそび祭り 2025



地域のみんながふれあう、
古き良きお祭りをもういちど。
ふれあい運動会で盛り上がろう！
出店もあるよ。



10月5日(日) 11:00～15:00
厚別中央公園

雨天・荒天時は
中止

厚別区厚別中央3条3丁目13(駐車場はありません)

- このお祭りは、地域の人々が気軽にふれあえる、昔ながらのお祭りを復活させたいと、信濃小学校区に住む有志で実行委員会を組成して企画した、ふれあい運動会を中心としたレクリエーション参加型のお祭りです。
- 動きやすい服装でお越しいただき、楽しい競技にお気軽にご参加ください！（参加費無料）
- 主に、公園内の芝生広場を使用します。観覧用の椅子やテーブルの用意はありませんので、のんびりされたい方は、敷き物を持参されると便利です。



主催：厚別地域祭り実行委員会
協力：厚別区・厚別中央町内会連合会・厚別中央地区子ども会連絡会

↑ 地域あそび祭りの開催に関する情報、雨天・荒天時の中止情報を掲載します。



札幌市にお住いの方の相談に、札幌市生活就労支援センター ステップがお応えします。

SAPP
-RO

相談
無料

その困りごと まず相談してみませんか

相談事例を
ご紹介



- ・ 年金だけじゃお金が足りなくてねえ…
シニアの私でも仕事はありますか？
 - ・ 借りたお金、滞納…相談先はありますか？
 - ・ 離婚しました…子供を抱え生活が不安です
 - ・ 就職活動に自信がありません…
 - ・ 家族のことで、相談したいのですが…
 - ・ 急に仕事を辞めてしまい、今後のこと心配
- ※その他、どこに相談したらよいのかわからず困っている等



スペシャルメニュー

『多重債務者相談窓口』がステップにやってくる！

カードローンなど、借金返済のお悩みはありませんか？

北海道財務局 多重債務者相談窓口がステップで出張相談会を開催します。

【開催日時】 10/21(火) 10:00 ~ 16:00 (要予約)

ステップが各区で
出張相談会を開催！
詳しくは裏面で！

ステップの様々な情報を届けします♪



LINE公式アカウントはじめました

LINE@ID:@step-sapporo



対象

札幌市にお住いの方で、生活相談や就労相談を希望される方
※生活保護受給中の方は対象になりません

お問い合わせ
ご予約

☎ 011-221-1766

秘密
厳守

<https://step-sapporo.jp/>

札幌市生活就労支援センター ステップ

検索



Web予約はこちらから

札幌市生活就労支援センター
ステップ
STEP FORWARD ~ 一步一步前へ進もう

〒060-0042

札幌市中央区大通西6丁目10番地

大通公園ビル7階

受付時間 午前 9:00 ~ 午後 5:00

土・日・祝日・年末年始を除く平日のみ

キャリアバンク株式会社(札幌市委託事業)



【令和7年度 10月 出張相談会】 開催日程

※ご相談については予約の方が優先になります。

10月 9日(木) 中央区役所(5F)
中央区南3条西11丁目 10:00 ~ 15:00

中央区

予約なし・先着順
10月 17日(金) 札幌総合行政相談所
(丸井今井札幌本店 一条館9階)
中央区南1条西2丁目 10:30 ~ 16:00

10月 23日(木) ハローワーク札幌
中央区南10条西14丁目 10:00 ~ 12:00

東 区

10月 10日(金) あいワーク東(東区役所1F)
東区北11条東7丁目 10:00 ~ 15:00

10月 14日(火) ハローワーク札幌北
28日(火) 東区北16条東4丁目 10:00 ~ 12:00

西 区

10月 2日(木) 西区民センター(3F第5会議室)
西区琴似2条7丁目 10:00 ~ 15:00

厚別区

10月 7日(火) 厚別区民センター(2F会議室A)
厚別区厚別中央1条5丁目 10:00 ~ 15:00

豊平区

10月 10日(金) ハローワーク札幌東
24日(金) 豊平区月寒東1条3丁目 10:00 ~ 12:00

白石区

10月 16日(木) 白石区民センター(5F集会室A)
白石区南郷通1丁目 10:00 ~ 15:00

南 区

10月 21日(火) 南区役所(2F会議室)
南区真駒内幸町2丁目 10:00 ~ 15:00

■いきいきウェルネスフェア2025 ※予約不要

白石区

10月 17日(金) アクセスサッポロ
18日(土) 白石区流通センター4丁目 相談受付時間
19日(日) 10:00 ~ 15:30

■北海道管区行政評価局主催 一日合同行政相談所

※ご相談は無料、予約不要で参加機関が直接、ご相談をお受けします。

中央区

10月 22日(水) 札幌駅前通地下歩行空間・チカホ
北3条交差点広場(西) 11:00 ~ 15:00

※上記以外の日程で相談をご希望の方は、

ステップにて（平日9:00～17:00）相談ができます。



定例行政相談所

うちの近くの道路の危険な箇所を
補修してもらいたいです。

役所に提出する書類のことで
わからないことがあるんです。

そうなんですね。まずは調べてみます。

予約不要

相談無料

毎月第2・4火曜日 13時～16時
(祝日・年末年始は休止)

厚別区役所1階相談コーナー



行政相談委員が
お話を伺います

札幌総合

お買い物ついで
にどうぞ♪



日替わりで
様々な専門家に
相談できます

行政相談所

丸井今井札幌本店一条館9階 ☎011-241-2340(直通)

相談無料

行政相談 予約不要

月～土曜日 10時30分～18時
※13時～14時は休止
(12/29～1/3、店休日は除く)

弁護士による法律相談

当日10時30分から電話予約を
毎月第1木曜日 13時～16時

その他の相談 予約不要

10時30分～16時 実施日はお問い合わせください
<相談事項(日替わり)>
登記、相続・遺言・法人設立、税金、
不動産取引、年金、成年後見、
土地測量、マンション管理、住宅融資、
生活相談、生活就労支援、教育

総務省行政相談センターきくみみへのご相談はこちらまで

全国共通ナビダイヤル ☎ 0570-090110 (平日9時00分～16時45分)



一日合同

相談無料

予約不要

行政相談所



知りたいこと、困っていること、専門家に相談するチャンスです！

日時：令和7年9月30日（火）10時～15時

※ ご相談時間は1組20分までとさせていただきます。

会場：サンピアザ 1階 光の広場

・・・いろいろなお困りごとを一度に相談できます・・・

- 登記**／札幌法務局・札幌司法書士会
 - 不動産の相続登記の手続について教えてほしいなど
- 遺言・相続**／北海道行政書士会
 - 遺言書の書き方について教えてほしいなど
- 国税**／札幌国税局
 - 相続税や贈与税について教えてほしいなど
- 年金**／日本年金機構
 - 年金の受給申請手続について教えてほしいなど
- 不動産取引**／北海道宅地建物取引業協会
 - 土地や建物の売買について教えてほしいなど
- 国の行政全般**／総務省行政相談センター、行政相談委員
 - 役所の説明に納得がいかない、役所の手續が進まないなど

ちょっとしたこと
でも、お気軽に
ご相談ください



行政相談マスコット

キクーン

主催 総務省行政相談委員（厚別区担当） 堤 和恵・堂前 晃・古川 早苗

お問合せ先 総務省北海道管区行政評価局 ☎ 011-709-1803 (平日8時30分～17時15分)