

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる場合があります※

新 さ っ ぽ ろ 町 内 会 の み な さ ま へ

回覧： がん検診 について

検診を希望される方は裏面の申込書に必要事項を記入してください。

- ・ 月 日 令和4年5月15日（日）
- ・ 場 所 厚別保健センター(厚別区役所3階)
(厚別中央1条5丁目)
- ・ 受付時間 午前9時～午前10時30分（検診は午前中まで）
- ・ 持 ち 物 氏名・年齢・住所の確認ができる身分証明書
(健康保険証、運転免許証等)
料金が免除される方（下記）はその証明書類

検診の種類	料 金	対象年齢	注 意 事 項
胃がん (バリウム)	1,100 円 ※令和 4 年度から料金が 改定になりました	満 50 歳以上で 原則※偶数歳の方 (2 年に 1 回) ※直前の偶数歳時に受診して いない奇数歳の方は受診可能	※料金は 当日会場でお支払いください ■下記の方は料金が免除となります。 証明する書類をお持ちください。
大腸がん (検便)	400円	満 40 歳以上の方 (1 年に 1 回)	①70歳以上の方 ②65～69歳で、後期高齢者医療 制度に加入の方く一定の障害がある方が 該当します> ③生活保護受給世帯の方 ④市・道民税非課税世帯の方 ⑤中国残留邦人等支援給付世帯の方
肺がん (胸部エックス線)	無料 ※問診により喀痰検査が 必要な方は別途400円		

☆そ の 他

- ・ 申し込まれた方の受診案内・採便用具等は、後日担当役員を通じて配布します。
- ・ 検診結果は、約3週間～1ヶ月後に郵送いたします。
- ・ 胃がん検診は、バリウムを飲んでX線撮影。受診後、希望者に下剤を渡します。カメラによる内視鏡の検査ではありません。大腸がん検診は、当日に近い2日分の検便になります。
- ・ 胃がん検診は検診車内の検査台で行います。一人で立てない、体位交換ができない、握り棒をもって体を支えることができない等ご利用が難しい方は医療機関にご相談の上、胃カメラ等他の方法での検診をおすすめします。費用、日程について必ず事前にお問い合わせください。
- ・ 厚別保健センターまたは医療機関でも受診できます。

札幌市がん検診

検索

【検診についてのお問い合わせ】厚別保健センター（TEL895-1881）

がん検診申込書 新さっぽろ町内会

申込の締切は 4月17日(日) です。【締切厳守】

※受診希望者は、下記に氏名・住所（枝番、マンション名部屋番号まで）
・電話番号・希望する検診の欄に○印を記入してください。

氏 名	住 所	電話番号	胃	大腸	肺
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				
	厚別中央 条 丁目				

各区長は、4月17日(日) までに

樋田会長宅（厚別中央1条7丁目 PH316 号Tel894-5126）または、
吉仲環境部長宅(厚別中央1条7丁目 1-73 クレアホームズ新札幌 201 号Tel090-8907-3594)
までお届け願います。

申し込まれた方には、後日、担当役員より受診案内・採便用具等をお届けします。

新さっぽろ
町内会

4月資源回収日 のお知らせ

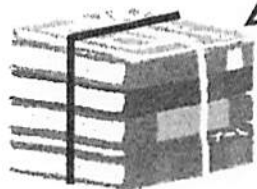
◎4月9日（土）8時30分まで ※第2土曜日です。

・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、アルミホイール
・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

雑誌



一般書籍・教科書・
ノート・カタログ・
パンフレット類も
一緒に出せます！

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1.5万円（古新聞1.1万余、アルミ缶0.4万）で、市から資源回収実績に応じた奨励金は約5.2万円となっています。

4月 お知らせ

(令和4年3月20日)

新さっぽろ町内会 女性部

ペタンクゲーム

- 1 日時 4月26日(火) 13:00~15:00
- 2 場所 新さっぽろ東公園
- 3 その他

- ① 服装は身軽で動きやすいもの、靴はかがとの低いもの
- ② マスク着用・飲み物持参でお願いします

手芸サークル

- 1 日時 4月16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 平目のオブジェ

裁縫セット (はさみ・割りばし)

マスク着用で参加をお願いします

- 4 問い合わせ かのまた 鹿股 (☎ 892-1643)

川島 (090-1524-4266)



朝のラジオ体操が始 まりますよ

4月18日から

場所→新さっぽろ東公園
時間→AM6:30~6:45
!!!6:30分までに
集合ですよ!!



“マスク”忘れないでね

“さわやかサロン開催のご案内”

新さっぽろ町内会では高齢者福祉活動の一環として、お一人暮らしの方、町内の方々と日常交流する機会の少ない方が、親しくおしゃべりし、笑い会えるサロンを目指しています。月に2回の予定です。

4月は、下記の要領で開催しますので、多くの方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 高齢者（65歳以上）

2 4月の予定

1) さわやか体操 今年度の計画 ぬり絵 ゲーム など

ア 日 時 2日（土）10時～12時

厚別老人福祉センター 教養室

イ 参加費 無料（飲食できませんので）

ウ 持ち物 色鉛筆、くれよん、（あるかたはお持ち下さい）

2) 楽々ヨガ おしゃべり パスタオル持参（ヨガで使う）

北海盆唄を楽しむ

ア 日 時 17日（日）10時～12時

厚別老人福祉センター大広間

イ 参加費 100円

3) 問合せ先 樋田（894-5126）

* マスクの着用をお願いします。

* 新型コロナウイルス対策で、厚別老人福祉センター が閉館の場合にはそれぞれ中止とします。

2022年（令和4年）4月 センターだより

発行 指定管理者

社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会

SAPPORO

おあしす4月号

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

4月の休館日 29日(金)昭和の日

4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	月	11	18	25	9:30~10:30
	健康ヨガB					10:50~11:50
	水彩画A		4	18		10:00~11:30
	水彩画B					13:00~14:30
	絵手紙	火	5	19		13:00~14:30
	茶道	水	6	13	20	13:00~14:15
	骨盤体操		6	13	20	13:00~14:00
	書道	金	8	15	22 ←第4	13:00~14:30
申込制講座 (定員)	健身操A	月	4	18		13:00~14:00
	健身操B	月	11	25		13:00~14:00
	舞踊	火	5	12	19	13:00~14:00
	フラダンス	土	2	16		13:30~14:30

※急遽予定が変更になることもございます。あらかじめご了承下さい。

機能回復訓練室、囲碁・将棋、卓球のご利用について

機能回復訓練室、囲碁・将棋、卓球は人数と時間を制限して、ご利用いただけます。その際には、必ずマスクの着用、前後の手指消毒、使用した器具・盤・卓球台・机・イス等の消毒をお願いします。

- 機能回復訓練室（開放時間 9:00~15:00）
マッサージ機・自転車こぎ・血圧計があります。
器具の間には飛沫シートを設置しております。
- 囲碁・将棋（娛樂室にて盤の間に飛沫防止シートを設置）
（開放日時 月～土曜日 10:30~14:30）
一度にご利用は16名まで（盤は囲碁7・将棋1） 2時間まで
- 卓球（開放日は、主に火曜・金曜・隔週の土曜日 20名程度）
9:00~11:00 13:00~15:00 対戦はシングルのみ

このQRコードをスマートフォン
などで読み取ると
厚別老人福祉センターの
HPを見ることができます



開放状況

ロビ	開放
定員制講座	開講
申込制講座	開講
サークル (座学・運動系)	開放
入浴(お風呂)	利用可
図書室	利用可
機能回復訓練室	開放
囲碁・将棋	開放
卓球	開放
飲食	1階の ロビーのみ可

定員制講座受講の方へ

初日に開講式がありますので
10分位前にお越しください。

ヨガA 11日(月) 9:20
ヨガB 11日(月) 10:40
水彩画A 4日(月) 9:50
水彩画B 4日(月) 12:50
絵手紙 5日(火) 12:50
茶道 6日(水) 12:50
骨盤体操 6日(水) 12:50
書道 8日(金) 12:50

利用登録証提示のお願い

老人福祉センターに入館する際には
毎回利用登録証をご提示下さい。

4月の卓球利用日

1(金) 5(火) 8(金)
9(土) 12(火) 15(金)
19(金) 22(金) 23(土)
26(火) 30(土)

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。

●マスクを必ず着用する

マスクを着用していない場合には、入館をお断りさせていただきます。
マスクは鼻部分までしっかりと覆い、隙間のないように着用しましょう。
運動系の講座を受講の際や入浴の前後も必ず着用をお願いします。
マスクをつけて運動する際には、無理をせずに早めに休憩をとりましょう。

●ソーシャルディスタンス（社会的距離）を確保する

お互いの距離は、互いに手を伸ばしたら届く範囲以上の距離をとりましょう。
座席に座る際には、横並びや、正面に座らないなど工夫しましょう。

●手指消毒や手洗い（活動前、活動後、トイレ使用後）

石鹸でしっかりと手洗いをして、こまめに手指消毒をしましょう。

●大きな声で会話をしない

会話をする際には、大きな声はさけて正面には立たないようにしましょう。



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 200円

1時間毎の入れ替え制です。

①13:00～13:40

男性4名 女性4名

②14:00～14:40

男性4名 女性4名

③15:00～15:40

男性4名 女性4名

13:40～14:00

14:40～15:00は

消毒・換気作業をします

入浴カレンダー

4月

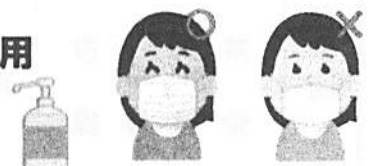
入浴日○

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

入館方法について

必ず マスクの着用

①手指消毒



②検温（職員が行います）



③入館受付

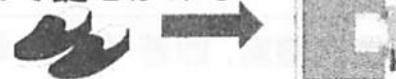
登録証

（カード）

登録証を提示して
入館受付表に記入

④靴をシューズボックスに

入れて鍵をかける



⑤「利用確認書」の記入

利用確認書

○講座利用の際は不要です
（教室にて体調を確認）
○サークル活動利用の際は
教室にて記入します

⑥受付に「利用確認書」を提出

※検温・受付などが混みあった際には、間隔を空けて、お待ちください。

※ご利用人数によっては、人数制限をさせていただきます場合があります。

「利用確認書」の記載について

みなさまが安全にご利用いただくため、「利用確認書」により確認いたしますので、記載へのご協力をお願いします。

※ご記入いただいた個人情報は感染拡大防止に必要な場合に限定して利用させていただきます。概ね1か月間保管した後、適切に処分させていただきます。



当センターでは、これまで以上に、感染予防対策に取り組み、安心してご利用いただけるよう努めてまいります。ご不便をお掛けいたしますが、ご理解、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



令和4年3月15日から施行 クロスボウ所持禁止! 許可制に変更になります!



令和4年3月15日に銃砲刀剣類所持等取締法の一部を改正する法律が施行されます。これにより、改正法の施行日以降、クロスボウの所持が原則禁止され、許可制となります。

施行日から令和4年9月14日までに、

①所持許可の申請をする

②廃棄する

③適法に所持できる方に譲り渡す

以上の措置を執ってください。

上記措置を執らなければ、令和4年9月15日以降は不法所持となります。

予兆電話多発しています!!!

全道各地において、高齢者施設関係者を名乗る者からの不審な電話が複数かかってきています。



「施設建設の名義を貸して欲しい」「老人ホームの入居の優先権がある」などと持ちかけ、「名義貸しは違法である」「返金手続きに手数料が掛かる」などと、様々な手法で金銭を要求する場合があります。

不審な電話がかかってきたときは一度電話を切り、家族や警察に相談してください。

新札幌交番

厚別警察署
011-896-0110
新札幌交番
011-891-0632
作成者
松尾 海斗

安全確認をしましょう!

(車内からの見通しの状況)

(車外からの見通しの状況)



大雪の影響により、例年以上に積雪が多くなっています。道路に出る際は、見通しが悪くなっていますので、徐行・一時停止を徹底しましょう!

新札幌交番管内 犯罪発生状況

令和4年1月1日から令和4年1月31日まで

- ・窃盗犯 4件 (万引き4件)
- ・その他 4件 (器物損壊3件等)

令和3年1月1日から令和3年12月31日まで

- ・粗暴犯 16件 (傷害2件、暴行14件)
- ・窃盗犯 126件 (自転車盗56件、空き巣2件等)
- ・知能犯 3件 (詐欺3件)
- ・風俗犯 5件 (公然わいせつ4件等)
- ・その他 9件 (器物損壊5件等)



北海道警察官募集中

～やりがいも魅力もてっかいどう～

- 受付期間 令和4年3月1日から4月1日午後5時30分まで
- 第一次試験日 令和4年5月8日
- 第二次試験日 令和4年6月上旬から6月下旬
- 採用予定人数 200名程度
- 男性A区分 115名程度、男性B区分 85名程度
- 女性A区分 35名程度、女性B区分 15名程度



(お問い合わせは、厚別警察署または新札幌交番まで)

雪害事故防止のため ～日々の雪かきを徹底～

- ☐ 危険な軒下に近づかない
- ☐ 屋根の雪下りしは複数で
- ☐ 転落防止の措置を
- ☐ 除雪時は作業に適した服装を
- ☐ 除雪機のエンジンをかけたまま、雪詰まりの除去等の作業をしない
- ☐ 決して無理をしない

北海道警察



地域安全ニュース



令和4年3月号

☆特殊詐欺の被害が連続発生!!☆

厚別署管内で特殊詐欺による被害が多発しています!!!

- ◆ 市役所職員や区役所職員をかたる者から「介護保険の払い戻し金がある」といった電話がかかってきた事はありませんか？

このような電話は詐欺です!!

- ◆ ご自宅に「老人ホームへ入居する権利がある」等といった電話がかかってきたら、詐欺を疑って下さい!「名義貸し」等の理由をつけて金銭を要求される場合があります。



☆自転車にはツーロックを!☆

雪解けを迎えると、自転車を利用する機会が増えてきます。

皆さん、自転車にツーロックをしていますか？

大切な自転車が盗まれる事がないように、自転車を駐輪する時には、ツーロックを心掛けましょう。



☆厚別警察署事件簿☆

犯罪発生状況(1月末暫定値)

- 窃盗～20件
- 粗暴犯～6件(暴行、傷害等)
- 風俗犯～3件(わいせつ等)
- その他刑法犯～1件(器物損壊等)

特殊詐欺に気を付けて!!

昨年12月の新さっぽろすこやか倶楽部では第2地域包括支援センターと厚別警察署から講師をお招きし、「**特殊詐欺にあわないために**」ビデオを見ながら学習を行いました。今回はその一部をご紹介します。



特殊詐欺とは・・・

面識のない人に、電話やメールなどを使ってうそをつき、お金をだまし取る詐欺です。



- ・オレオレ詐欺・・・息子や孫のふりをして「会社のお金を失くした」警察や弁護士のふりをして「事故の示談金が必要」など
- ・預貯金詐欺・・・警察や銀行のふりをして「あなたのキャッシュカードが偽造されている」「古いカードが使えなくなる」「カードを預かる」など
- ・還付金詐欺・・・行政機関職員のふりをして、「還付金がある。ATMで手続きを」
- ・架空料金請求詐欺・・・「〇〇の料金が未払い」「名義貸しのトラブル」「電子マネーを買って番号を教えて」などなど・・・

私はだまされない。自分は大丈夫!

と思いませんか?

しかし・・・そんな人も騙されています!

なぜだまされるの?



相手は**だまし**の**プロ**! だまされる側は**アマチュア**です。

突然の電話に急がされ冷静な気持ちを持てなくなってしまう。

被害にあわない為に

町内活動や近所付き合いなど地域の絆でお互いに見守り合しましょう。
お金を送る・手渡す・振り込む前に相談しましょう。

厚別警察署 896-0110 警察相談電話 #9110



介護予防センターは、高齢者の身近な相談窓口です。小さなことでもお気軽にご相談ください。
地域の皆さんの集まりへの出前講座を行っております。少人数でもOK! 無料です。

ご連絡お待ちしております。



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)

✉ yobousenta-@karipu.jp

担当 もんぜん いしざき



厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉だより

第23号

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 かりふ・あつべつ内
電話896-1475

介護予防センターは札幌市の委託を受け介護予防事業を行っています。

「すこやか倶楽部」に参加しませんか！！

すこやか倶楽部は、サッポロスマイル体操・楽笑体操など転倒予防のための体操や、コグニサイズ・ラダー運動などの認知症予防に役立つ活動を月に1回行っております。コロナ禍で会場に集まらない時は公園での体操やウォーキングを実施、オンラインでも筋トレ運動などを行っています。



ひばりが丘公園体操



オンライン教室の様子



青葉会館ラダー運動

Q1. 料金は？

無料です。

Q3. 持ち物は？

水分補給の飲み物と、会場によっては上靴のご用意をお願いします。

Q2. 体力に自信がありません

ご無理のない範囲で体を動かしていただいています。

Q4. 毎回は通えませんが…

ご都合の良いときにご参加ください。

開催場所・曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月
厚別信濃すこやか倶楽部 厚別信濃会館（厚別中央4-3-3-6） 毎月第4木曜日 13：00～14：00	28日	26日	23日	28日	25日	22日
ひばりが丘東すこやか倶楽部 ひばりが丘東集会所（厚別中央1-4-3-1） 毎月第4火曜日 13：30～14：30	26日	24日	28日	26日	23日	27日
青葉すこやか倶楽部 青葉会館（青葉町3丁目2-26） 毎月第1金曜日 13：30～14：30	1日	6日	3日	1日	5日	2日
新さっぽろすこやか倶楽部 新さっぽろ集会所（厚別中央1-5-5-10） 毎月第4火曜日 10：00～11：00	26日	24日	28日	26日	23日	27日
いきいき青葉南教室 青葉南集会所（青葉町6丁目3-10） 毎月第4木曜日 10：00～11：00	28日	26日	23日	28日	25日	22日
オンライン介護予防教室	毎週 水曜 15：00～15：20					

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、札幌市の通知によりすこやか倶楽部は中止となる場合があります。

裏面の特殊詐欺の特集もどうぞご覧ください。

停車場通信

令和4年(2022年)3月10日発行

子ども食堂『もくきち』

子どもたちの健全な成長を願い小中学生の父母で結成された『もくきち』は、令和3年12月に市民憲章実践者として表彰されました。

食事を通じて地域の子どもたちを見守り続け、親子のふれあいや地域のつながりを大切にされている『もくきち』に感謝いたします。みんな『もくきち』においてよ!!



青色防犯パトロール隊

車の上に青色回転灯を点灯し、現在11人の隊員が、防犯パトロールや児童の登下校の見守りなどを行っています。昨年12月には、厚別警察署駐車場において出陣式が行われ、パトカーと一緒に12号線を走行しました。

皆さんの安全・安心のため日々巡回をしていますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

隊員
募集中!



下野幌町内会防災表彰

自主防災活動を積極的に行い、防災意識向上に寄与されたとして、下野幌町内会が『札幌市防災表彰』を受賞されました。

下野幌町内会の皆さまおめでとうございます。皆さまの日々の取り組みに感謝いたします。これからも自主的な防災活動を継続されますよう、よろしくお願いいたします。



『カルタの集い』・『スノーフェスティバル』 ～しなの児童会館～

コロナ禍のため、少し距離を置いて、感染対策をしっかりと行い、百人一首のカルタで楽しみました！みんな真剣です！果たして練習の成果は???



スノーフェスティバルでは、スノーキャンドルを作りました。シマエナガちゃんも登場です！めんこい♪



地区カレンダー（行事の詳細については、広報さっぽろやホームページ、各団体のチラシをご覧ください。）

厚別区・札幌市	厚別中央地区
3月	3月
1日 札幌市立高等学校(全日制) 卒業式 15日 札幌市立中学校 卒業式 23日 札幌市立小学校 卒業式	17日 子育てサロンび-ちくパーク（ひばりが丘小学校） 24日 すこやか倶楽部（厚別信濃会館） ※新型コロナ感染拡大防止のため中止となる場合があります
4月	4月
6日 札幌市立小学校 入学式 7日 札幌市立中学校 入学式 8日 札幌市立高等学校(全日制) 入学式	6日 交通安全早朝街頭啓発 （とんでん厚別店、ニトリ厚別店前） 29日 厚別中央町内会連合会定期総会 ※新型コロナ感染拡大防止のため中止となる場合があります
5月	5月
	未定です

町内会・自治会に関する Q&A



厚別区の町内会・自治会はいくつあるの？

厚別区には、現在82の単位町内会・自治会があり、43,797世帯が加入しています。※令和4年1月1日現在



町内会・自治会ってどんな活動をしているの？

皆さんが安心して地域生活を送れるように、地域に密着した様々な活動を行っています。※以下は一例です。

- ＊安全・安心…防犯パトロールや防犯灯の管理、防災訓練など
- ＊環境美化…ごみステーションの管理、地域の清掃活動など
- ＊除雪・排雪…除雪パートナーシップ制度の活用による除排雪
- ＊福祉活動…災害時の要否確認支援、高齢者への声掛けなど

知ってる？

マチトモ Navi

あなたの地域の町内会・自治会が検索できます。



スマートフォン
はこちらから

◆編集後記◆（所長のつぶやき）

昨年4月に着任してあっという間に1年が過ぎてしまいました。地域の皆さんに助けられながらなんとか乗り越えることができました。ありがとうございました。
また、コロナと観測史上初めの大雪・・・皆様のご協力にあらためて感謝申し上げます。
春はもうそこまで来ています！雪解けとともに草花が芽吹き素敵な花を咲かせるように、皆様にも素敵な春の訪れになりますよう心より願っております。
これからもどうぞよろしくお願いいたします。



厚別区マスコットキャラクター
「ピカットくん」

編集・発行

厚別中央まちづくりセンター 厚別区厚別中央4条3丁目3-6
TEL 011-891-3907 FAX 011-895-0149
厚別区役所ホームページ <https://www.city.sapporo.jp/atsubetsu/>
札幌市役所ホームページ <https://www.city.sapporo.jp/>

SAPPORO



さっぽろ市
02-Q01-21
R3-2-319

町内会、柳寿会、PTAの皆さんへ

“ 児童の交通安全啓発について ” (お願い)

新さっぽろ町内会 会長

新さっぽろ町内会は春の交通安全運動の一環として、町内会のひばりが丘小学校通学児童の登校時の交通安全を図るため、町内会の有志をもって、下記により交通安全街頭啓発をしたいと思っていますので、ご協力の程お願い申し上げます。

記

1. 日時 4月6日(水)から12日(火)の5日間

(土曜日、日曜日 除く)

毎日 7時40分から8時10分

(地下鉄4番入口周辺に7時35分集合して下さい)

2. 場所 厚別青葉通

厚別区厚別中央2条5丁目交差点周辺

3. 参加協力予定数

毎日 3名以上

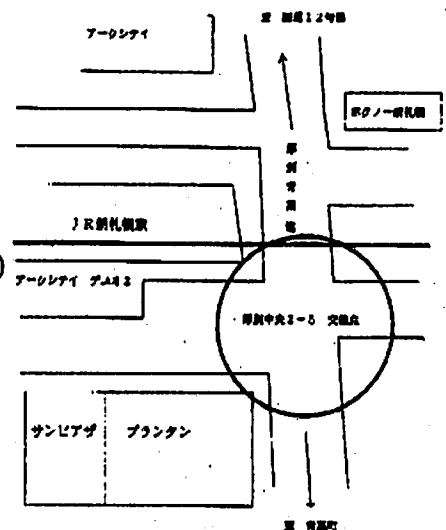
4. 活動要領

交差点の交通信号に応じた交通ルールの啓蒙

5. その他

1) 旗は町内会で準備します。

2) 今後の予定 長い休暇明け(5月連休、夏・冬休み)の登校日に実施したいと思っています。





学校だより 訂正版
(令和3(2021)年度第14号)
令和4年 3月 2日発行
札幌市立ひばりが丘小学校

「三月・弥生によせて」

教頭 佐藤 智儀

寒さと大雪が続く毎日でしたが、いよいよ3月です。12月の終わりに比べて、朝太陽が出てくるのが、約1時間早くなりました。夕方太陽が沈み、暗くなるのも、約1時間遅くなりました。2時間以上、昼の時間が長くなったことになります。明るい時間が増えてくるとちょっと気持ちも明るくなります。

3月は旧暦で、弥生（やよい）」と言われていました。弥生の由来・語源を辿ると、「弥生（いやおい）」が変化して「やよい」と読むようになったようです。弥生の「弥」はいよいよ・ますます、「生」は草木が芽吹くことを意味しているそうです。弥生とは、草木がだんだんと芽吹く時期をさしているのですね。日が長くなってきたとはいえ、北海道は大雪だったため、まだまだ雪が残っており、芽吹くには新年度になる頃まで、もう少し時間がかかりそうです。

さて、子どもたちも1年間を振り返る時期になりました。どの学年も、来年度に大きく芽吹くための、まとめの時期となっています。一人ひとりが納得のいく学年のまとめができるように、子どもたちを支援していきます。

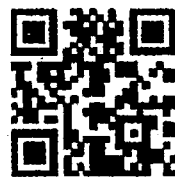
今年度も、コロナ禍の中での学校生活となりました。現在もまん延防止等重点措置が継続しています。急な行事変更、学級閉鎖、Chromebookの持ち帰りなど、多くの面でご理解ご協力をいただきました。ありがとうございます。

新型コロナウイルス感染予防対策はこれからも継続していくと思いますが、子どもたちの安心安全を第一に考え、引き続き保護者、地域の皆様のご理解ご協力をいただきながら、教育活動に取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

< ↓学校の休業日中の緊急連絡先 ↓ >

学校代表メールアドレス

hibarigaoka-e@sapporo-c.ed.jp



- 学校メールでの連絡は、緊急時のみにお願いします。メールは教頭に転送されます。
- 急な転校、事件事故に遭った時（まず110番）には、必ず学校への連絡をお願いします。
- 利用の際には以下の3点をご確認ください。
 - ・メール送信の際、件名には学年・組、児童氏名を入れてください。
 - ・本文には緊急な要件と電話連絡先を必ず入れてください。
 - ・折り返しの電話連絡には、時間がかかることも考えられますのでご了承願います。



3月の行事予定

【3月】

- 7日(月)1年生参観日
学校諸費現金納入日
- 8日(火)2年生参観日、キラリお別れ会(2校時)
PTA資源回収
- 9日(水)3年生・ひばり参観日
ALT最終
- 10日(木)5年生参観日
中縄チャレンジ1・2年(中休み)
- 11日(金)4年生参観日
中縄チャレンジ5・6年(中休み)
- 14日(月)児童委員会(最終)
- 15日(火)卒業式練習①中学校卒業式
6年生・参観日
- 16日(水)卒業式練習②
- 17日(木)卒業式練習③
ぴーちくぱーく
- 18日(金)卒業式練習予備
卒業作品展(~24日)
- 21日(月)春分の日
- 22日(火)卒業式準備(5校時日課)
- 23日(水)第45回卒業証書授与式
- 24日(木)図書館閉館
- 25日(金)修了式、離任式、通知票発行
6年生再登校
- 26日(土)春期休業~4月5日
- ※変更はメール等でお知らせいたします。



4月の行事予定

※主な予定です詳しくは、新たに出るお便りをご覧ください。

【4月】

- 6日(水)1学期始業式、入学式
- 15日(金)参観懇談、PTA総会
- 19日(火)地域訪問~21日
- 26日(火)防犯教室、保護者引取下校訓練

【学校徴収金現金納入日3月7日(月)】

2月28日(月)の引き落とし日に、残高不足により諸費の引き落としができなかった方は、3月7日(月)までに、現金持参にて諸費を納入していただきます。2・3月分を一度で納入していただきますので、通常の月よりも金額が高くなっております。ご注意ください。また、すでに滞納のある方の分割納入等の相談につきましては、教頭よりご連絡をさせていただきます。ご協力ください。

2・3月分納入金額(行事費・教材費別途)

- 1年生長子8000円・次子7600円
- 2年生長子8550円・次子8150円
- 3年生長子9200円・次子8800円
- 4年生長子9200円・次子8800円
- 5年生長子9350円・次子8950円
- 6年生長子9150円

※事故防止のため、児童には持たせず、お手数ですが、保護者来校により、納付して下さるようお願いいたします。

第45回卒業証書授与式の日程(予定)

3月23日(水)・体育館 ※5年生以下の学年の児童は、卒業式に参加しないためお休みです。

8:30 卒業生登校(⇒教室へ)

8:45 卒業生記念写真撮影

9:00 保護者入場(⇒指定席へ)

9:20 卒業生入場

開式の言葉

国歌斉唱(合唱CD)

校歌斉唱(合唱CD)

9:30

卒業証書授与(一人一言含む)

10:00

学校長式辞

祝電祝辞披露

在校生ビデオレター上映

卒業生の発表

10:15

閉式の言葉

卒業生退場

保護者退場

10:35

卒業生見送り

春が
待ち遠しい
ですね!!

少しでも早く春を迎えられるように...

自宅周辺や道路の雨水桝・ゴミステーション
などの**雪割り・清掃活動**のご協力をお願いします。

公園に雪入れをしている場合、
雪割り・清掃活動が必要です。
子どもたちが少しでも早く遊べる
ようにご協力をお願いします。

公園に雪を入れる場合、
手続きが必要ですので、
土木センターへご相談
ください。



回収した砂等のゴミは
➤ **ボランティア袋**に入れて、
ごみの日に出すことができます。

【ボランティア袋配布場所】

・区役所地域振興課
・まちづくりセンター
・土木センター



各窓口で申込
が必要です。



道路の穴にご注意を！

雪解け時期は、道路の穴やひび割れが起き
やすくなります。

穴などの異常を見つけたら、土木センター(897-3800)
までご連絡をお願いします。

※国道については、道路緊急ダイヤル(＃9910 又は 854-6036)

車の運転・歩行の際には
十分に注意しましょう



コロバースボトルを知っていますか？

- つるつる路面の滑り止めとして、ペットボトル
に砂を詰めたコロバースボトルがあります。
- 厚別区では、札幌養護学校の生徒の皆さんが、
毎年区民の安全を祈って作成してくれています。
- 希望する町内会・自治会やお店などに配布して
いますので、冬の季節にぜひご活用ください。

【お問い合わせ先・連絡先】

厚別区土木センター 897-3800

札幌養護学校での作成の様子



たくさんの
コロバースボトル

区役所
に配架

駐輪マナーを守って通行しやすい街にしましょう！



視覚障がいの方や
車いす・ベビーカー
の方の通行の妨げに
なります。



出入りする方の支障
になります。



協力してより多くの
自転車が止められる
ようにしましょう！



放置禁止区域には
新さっぽろ駅・
大谷地駅周辺が指定
されています。

公園と植樹帯の草刈りを行います

公園と植樹帯の草刈りを、5月下旬か
ら6月上旬にかけて行います。

天候や草の量によって作業日程が変
わるため、事前のお知らせは難しいこと
をご理解ください。



河川の増水にご注意を！

雪解け時期は、河川の増水が
起きやすくなります。



できるだけ河川には近づかないよう、
十分に注意しましょう

公園の運動施設について

テニスコートや野球場、パークゴルフ場、陸上競技場
などの運動施設の利用開始時期については、
新型コロナウイルス感染拡大の影響のため未定です。
ご利用を希望する方は、以下の連絡先にお問い合わせ
下さい。

連絡先

無料施設 > 土木センター(897-3800)

一部を除き、地域の方に利用調整のご協力をいただいております。
連絡先をお伝えしますので、まずは土木センターまでお問合せください。

有料施設

◆ 厚別公園

> 陸上競技場管理事務所(894-1144)

★ 厚別公園以外

> もみじ台緑地管理事務所(897-7805)



厚別公園 競技場だより



発行：厚別公園競技場

令和4年3月号

ATSUBETSU PARK STADIUM NEWS

vol.46

冬の運動不足を

解消しよう

- ◇おすすめの運動教室
- ◇厚別公園トレーニング講習会
- ◇厚別公園お知らせ

厚別公園

検索



陸上競技者のためのウエイトトレーニング考察

日時：2022年3月26日（土曜日）14:00～15:00

場所：厚別公園競技場会議室 A

定員：中学生以上20名（先着順）

対象：ウエイトトレーニングに興味がある、または実践している
アスリートや指導者
陸上選手でなくても受講可能

参加料：500円（当日、窓口にて支払い）

申込：お電話または直接窓口にて申込
※3月12日（土曜日）から申込開始となります

シニアのためのトレーニング講習会

日時：2022年3月23日（水曜日）9:30～11:00

場所：厚別公園競技場トレーニングルーム

定員：10名（先着順）

対象：運動不足解消、医者からのすすめ、運動を始めたいという
60歳以上の方

参加料：500円（当日、窓口にて支払い）

申込：お電話または直接窓口にて申込
※3月9日（水曜日）から申込開始となります

歩くスキーコース開放期間終了間近!!

主競技場

2月28日(月)まで

補助競技場

3月6日(日)まで

【お問い合わせ】

厚別公園競技場

札幌市厚別区上野幌

3条1丁目2-1

電話: 011-894-1144

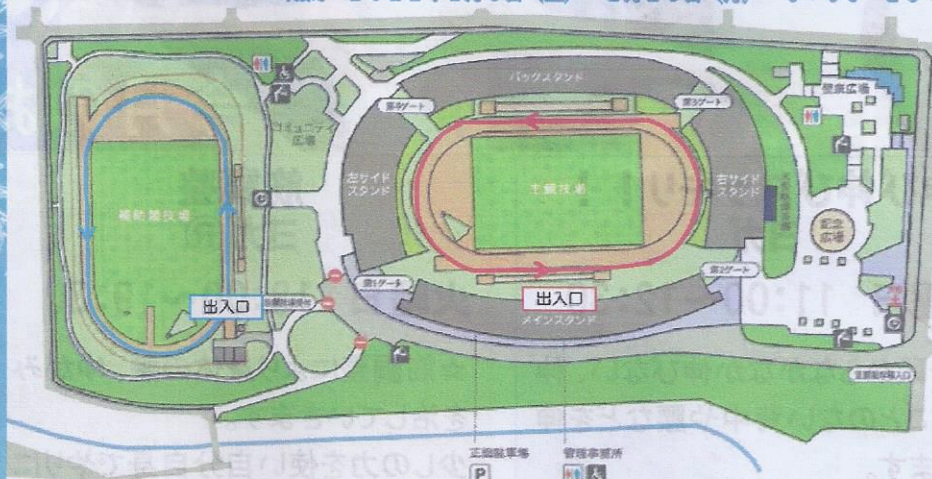
★歩くスキーコースのご利用は無料となっています!

冬にしかできないスポーツを

厚別公園で体験しよう!!

厚別公園 歩くスキーコース

期間: 2022年1月8日(土) ~ 2月28日(月) 9:00~16:00



距離: 0.4km レベル: 初級
距離: 0.4km レベル: 初級

用具一式(ボール・板・ブーツ) レンタル1回200円!
詳しくは厚別公園管理事務所まで! (レンタル受付15:00まで)

AAA
tsubetsu thlete cademy

サッカークラブ

2022年度第6期生生徒募集!

TSUBETSU
THLETE
CADEMY

U-12



U-9

U-9 (小学1年生~3年生)

U-12 (小学3年生~6年生)

U-15 (中学1年生~3年生)

日程: 毎週月曜・金曜 (U-9)

毎週月曜・水曜・金曜 (U-12, 15)

時間: 16:00~17:00 (U-9)

17:00~18:30 (U-12)

17:30~19:30 (U-15)

※上記日程以外に競技大会への参加有り

場所: 厚別公園競技場・近隣施設

U-15は2022年度より札幌ブロックカブスへ昇格します。

元Jリーガーによる指導とトップアスリートと同様のフィジカルトレーニングを実践し、創部5年目に於いて昇格を果たしました。

【お問い合わせ A-bank 北海道】

電話番号: 080-5582-9533

アドレス: aaasoccerclub@gmail.com

U-15





今月のおすすめ運動教室

伸び伸びスッキリ！！ ヨガ

火曜日 11:00～12:30

☆普段からなかなか伸びない、伸ばすことのない背中や腰などを伸ばします。

様々なアプローチをして伸び感を実感していきながらヨガのポーズを織り交ぜていきます。

なかなか伸びない箇所を伸ばすことで身体がスッキリすること間違いなしです！

筋調整 ヨガ®

火曜日 18:00～19:30

☆筋調整により身体の癖、ゆがみを治していきます。

少しの力を使い自分自身でやりにくい動作、ポーズをやりやすくします！

筋肉を無理なく緩めて可動域を広げましょう。

身体の硬い方におすすめです！

じんわり 効きヨガ

木曜日 9:15～10:45

☆ヨガのポーズを使って身体の可動域を広げていきます。

無理のない動きでじんわりと効かせていきます！

初心者の方、年齢層も関係なくレッスンを楽しんでいただけます！

もしヨガを始めるなら「じんわり効きヨガ」から！

姿勢らくらく ヨガ

木曜日 11:00～12:30

☆雪が降り積もる中ずっとお家にはいませんか？

らくらくヨガでは日常生活で固まってしまった筋肉などをほぐしバランスを整えることで美しい姿勢を作ります。

家にいて動かさなくなった筋肉や、固まってしまった筋肉をほぐし姿勢改善をしましょう！

アンチエイジング トレーニング

木曜日 13:00～14:30

☆「鍛えたいけど1人ではなかなか続かない」「効率的に筋肉をつけたい」「年齢とともに衰えを感じている」そんな方へぴったり！

筋トレ・体幹トレーニング教室です！

トレーニングでスッキリして身体をボディーメイクしましょう！

受講料・申し込みについて

受講料：月謝制（700円/回）
月によって開講回数変動

申し込み：開講月の前月21日から初回開講日まで。競技場窓口またはお電話にて先着順で受け付けいたします。

その他：無料見学受け付け中！お電話にてお気軽にお問い合わせください！

この他にも様々な教室がございます！詳しくはホームページをチェック！

厚別公園 Atsubetsu park

札幌市厚別区上野幌 3条 1丁目 2-1 電話：011-894-1144

営業時間 8:30～21:00

駐車場無料

ホームページはコチラ

アクセス

