

新さっぽろ
町内会

5月資源回収日 のお知らせ

◎5月13日（土）8時30分まで ※第2土曜日です。

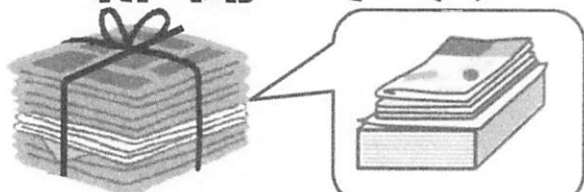
・アルミ缶	・ビール、コーヒー、ジュース等
・金属	・鍋（鉄、アルミ、銅製）、フライパン、アルミホイール
・新聞	・折込チラシ ・宅配や美容室等のチラシ ・会社、学校からのプリント、コピー用紙
・雑誌	・通販カタログ、パンフレット ・広報さっぽろ等の冊子・使用済ノート等
・ダンボール	・箱に差込まず全てたたんで紐で縛る
・紙パック	・箱を開いて洗い紐で縛る
・びん	・ビール瓶（国内メーカー）

◎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

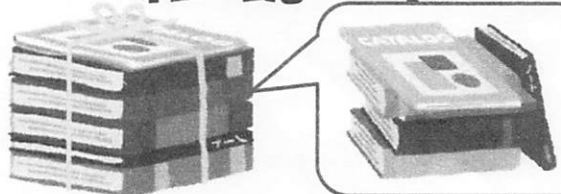
紙類

新聞・チラシ



折込等のチラシやコピー用紙も一緒に出してください。

雑誌・本



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してください。

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5.0万円となっています。

街路植樹帯へ花 植 えの お 願 いについ て

厚別区では、花と緑に満ちた潤いあるまちづくりを進めています。
町内会もこの事業に賛同し、街路植樹帯へ花植えを行います。
感染対策を実施の上、皆様のご協力をお願い致します。

日 時 5月28日（日） 午前9時～

1. 区別担当樹等

区 名	植栽 場所	樹数	株 数	植栽花種	集合場所
カーサ新札幌	A	3	30	マリーゴールド(オレンジ)	カーサ新札幌ゴミSTの中
下の区・アカシアコート	B	10	100	サルビア・ペチュニア ・マリーゴールド	ローラン館入口階段下
ロジェ新札幌 XS新札幌	C	2	20	マリーゴールド(オレンジ)	ロジェ新札幌管理員室前
ミサワホーム	D	18	180	マリーゴールド(オレンジ)	田中裕司さん宅前
プレジデントハイム	E	6	60	マリーゴールド(オレンジ)	管理員室横
グランドハイツ 松井ハイム	F	7	70	マリーゴールド(オレンジ)	グランドハイツ管理棟前
1～7区	G	4	40	マリーゴールド(オレンジ)	高橋昭一さん宅前
シティハウス新札幌	H	3	30	マリーゴールド(オレンジ)	
クレアホームズ新札幌	I	4	40	マリーゴールド(オレンジ)	
柳寿会	J	2・29	215	サルビア 外	トリム花壇横
プレミスト新札幌	K	12	120	マリーゴールド(オレンジ)	プレミスト新札幌管理棟前

***花苗、肥料、ポランティアゴミ袋は、前日に集合場所へお届けします。**

2.花植え場所

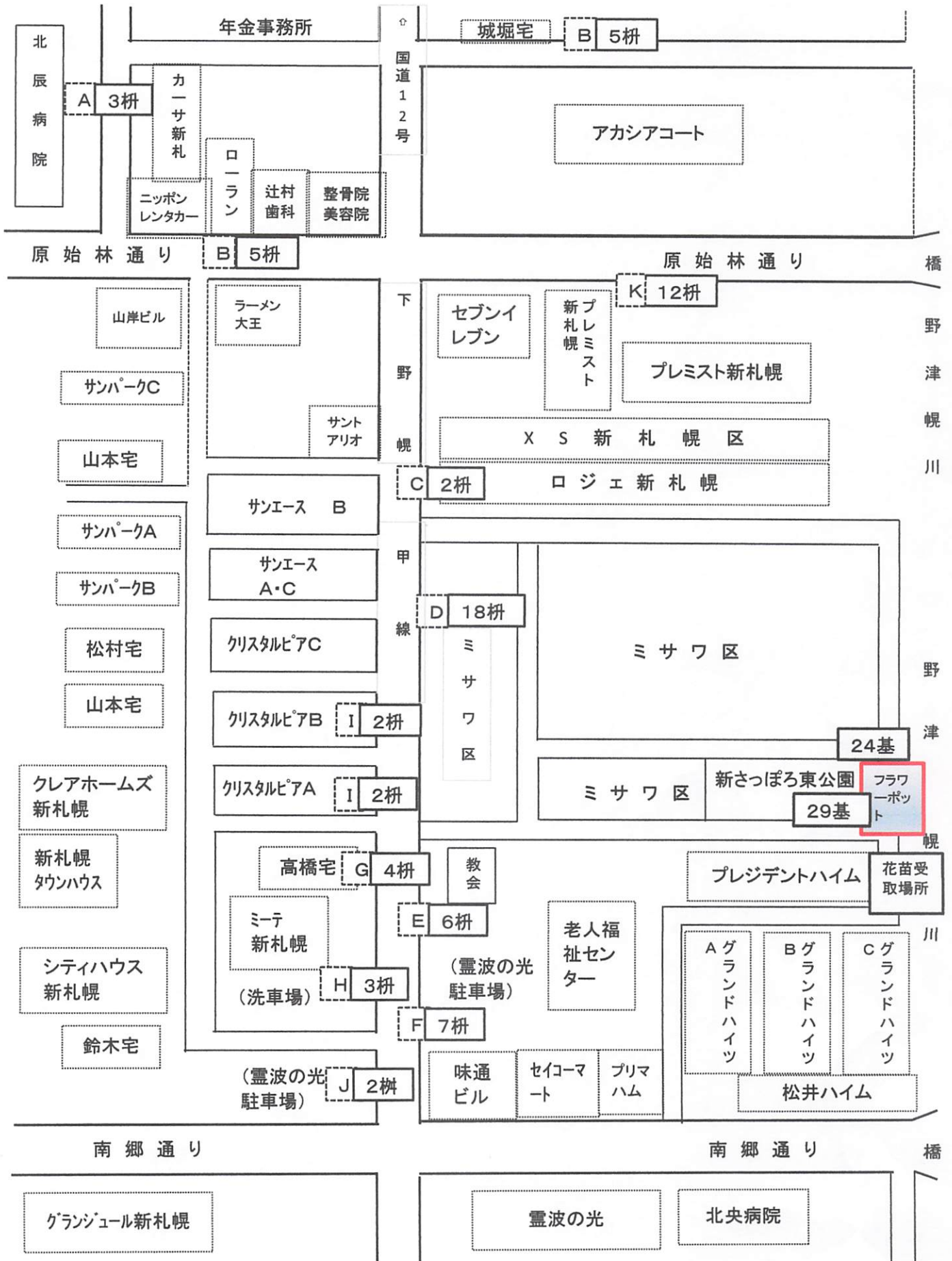
別紙1「花植え場所図」のとおり

3.花植え場所別花種

別紙2「花植え場所別花種」のとおり

花苗申込用紙(3)

別紙1
花植え場所図



5 月 お知らせ

(令和 5 年 4 月 30 日)

新さっぽろ町内会 女性部

ペタンクゲーム

1 日 時 5 月 23 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・飲み物持参をお願いします

手 芸 サークル

1 日 時 5 月 13 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 ねこのマスコット

裁縫セット (はさみ・鉛筆)

材料は用意しています

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)

“さわやかサロン開催のご案内”

令和5年4月30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、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開催しています。月に2回の予定です。

5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 5月の予定

1) さわやか体操 ゲーム など

ア 日 時 6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

2) 楽々ヨガ おしゃべり バスタオル持参（ヨガで使う）

ア 日 時 21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) 4月26日（木）厚別南公園お花見（参加者15名）



風は強かったですが晴天で

桜も満開でした。

お弁当を食べて

帰りました。

3 問合せ先 樋田（894-5126）

“ 児童の交通安全啓発について ” (お願い)

新さっぽろ町内会 安全部

新さっぽろ町内会は4月初旬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、交通安全街頭啓発をいたしました。5日間で延40数名の方々のご協力を頂きました。



黄色いランドセルは、ピカピカの一年生です

引続き、5月連休明けに下記の要領で交通安全啓蒙活動を計画しましたので、ご協力をお願いします。

記

1. 日時 5月8日(月)、9日(火)

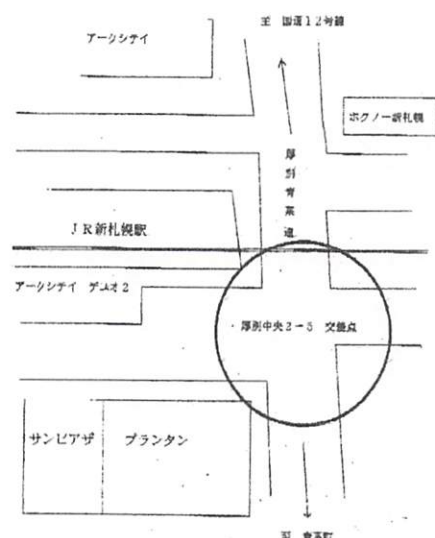
毎日 7時40分から8時15分

(地下鉄4番入口周辺に7時35分集合して下さい)

* 10日以降は、“青色パトロール車”で随時パトロール

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



[illegible]

令和4年度の活動を振り返る

はすそうよ 心のマスク 今すぐ



『新生もみじ台中学校になって』

もみじ台地区においては、もみじ台まちづくりビジョンが策定されました。今後も子どもたちの育ちにより良い環境作りのため、ご協力くださいますようお願い申し上げます。



小学校と地域の様子 ～もみじの森小学校～



2年生と地域の方による『めいぶるファームいも植え』

←

4年生と地域の方々による『桜保全活動』

→



↑ 花いっぱい活動『森のガーデン』



↑ 夏休み合同ラジオ体操会→



～ひばりが丘小学校～

サタデースクール書道教室↓



↑ もみじ台地区
「見守りボランティア」交流会



↑ わいわいフェスタinもみじ台

↓ ブロック開催した運動会

↓ 生活委員会のあいさつ運動





あなたが警察官になったから出会える

あなただから救える人

あなたがいるからできること

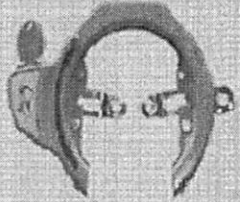


あなたの個性・特技を生かすことができる



新札幌交番

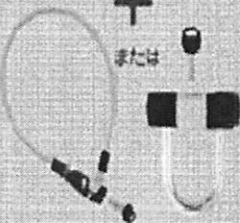
厚別警察署
896-0110
新札幌交番
891-0632
作成者
後藤 暁人



シリンダー錠



または



ワイヤー錠 U字型錠

あなたの大切な自転車を
盗難被害から守るために

- ① 短時間の駐輪でも
必ずツーロック！
- ② 自宅、駐輪場でも
油断せずツーロック！
- ③ 防犯登録は忘れずに！

新札幌交番管内犯罪発生状況

令和5年1月1日から同年2月28日まで

粗暴犯	2件(暴行2件)
窃盗犯	16件(万引き12件等)
その他	7件(器物損壊2件等)



令和5年2月1日から同年2月28日まで

粗暴犯	2件(暴行2件)
窃盗犯	12件(万引き8件等)
その他	2件(器物損壊1件等)



北海道警察からのお知らせ

G7札幌気候・エネルギー・環境大臣会合開催

テロ対策に万全を期すため、会場周辺や公共交通機関等に対する警戒警備を強化します。

不審な人や車、物などを発見したときは
警察への通報をお願いします。

北海道警察



ヒグマに注意！

～ヒグマとの事故を防ぐために～

- △ 複数で行動し、音で存在を知らせましょう
- △ ヒグマの出没情報等に気を付けましょう
- △ 残飯や生ゴミの処理には注意しましょう
- △ フンや足跡、食べた跡を見つけたら、
すぐに引き返しましょう
- △ 落ち着いて行動しましょう





地域安全ニュース



令和 5 年 4 月 号

ながら見守りの推進！

新入学の季節になりました。

何かをしながら登下校中の子供たちを見守る活動

「ながら見守り」をしてみませんか？

ながら見守りとは？



☆犬の散歩をしながら ☆通勤しながら

☆家の前で掃き掃除をしながら ☆花に水をやりながら



山菜採りによる遭難に注意！！

これからの季節、山菜採りに出かけ、山の中で道に迷ったり、怪我をするなどの事故が後を絶ちません！！

対策は？



- ① 行き先を家族に伝えましょう！
- ② 単独での入山は避けましょう！
- ③ 携帯電話やホイッスルを持ちましょう！



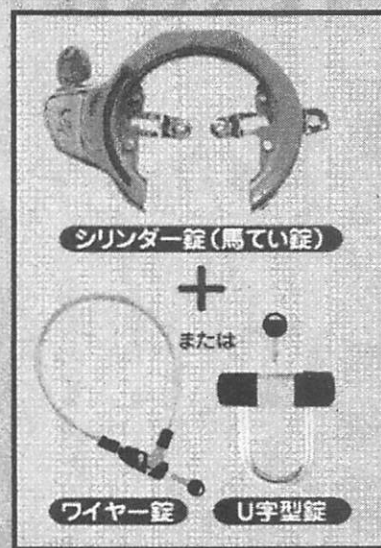
自転車盗難に注意！！

雪が溶けて自転車を利用する機会が増える中、自転車の盗難被害に遭う方も増えます！！

対策は？



- ① 短時間の駐輪でも必ずツーロックを！
- ② 自宅、駐輪場でも油断せずツーロックを！
- ③ 防犯登録は必ずしてください！



犯罪発生状況（2月末暫定値）

- 窃盗～38件 ○ 粗暴犯～14件（暴行、傷害等）
- 知能犯～5件（詐欺、横領等） ○ 風俗犯～1件（わいせつ等）
- その他刑法犯～15件（器物損壊等）



厚別・北広島防犯協会連合会 厚別警察署 896-0110

2023年（令和5年）5月 センターだより

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

あしす5月号

5月の休館日 3日(水)憲法記念日 4日(木)みどりの日 5日(金)こどもの日

5月講座予定

開放状況

	講座名	曜日	講座日			時間
定員制講座	健康ヨガA	月	8	15	22	9:30~10:30
	健康ヨガB					10:50~11:50
	水彩画A		8	15	←第2	10:00~11:30
	水彩画B					13:00~14:30
	絵手紙	火	9	16	←第2	13:00~14:30
	茶道	水	10	17	24 ←第4	13:00~14:15
	骨盤体操		10	17	31 ←第5	13:00~14:00
	書道	金	12	19	26 ←第4	13:00~14:30
申込制講座（定員）	健身操A	月	15	29	←第5	13:00~14:00
	健身操B	月	8	22		13:00~14:00
	舞踊	火	9	16	23 ←第4	13:00~14:00
	フラダンス	土	6	20		13:30~14:30

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

※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。

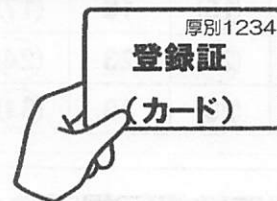
※4月1日（土）から利用時間を延長いたしました。

- 機能回復訓練室（開放時間 9:00~16:30）
マッサージ機・エアロバイク等・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 9:00~16:30）
一度にご利用は16名まで（盤は囲碁7・将棋1）
- 卓球（開放日は、主に火曜・金曜・隔週の土曜日 20名程度）
9:00~11:45 13:00~15:45

5月の卓球利用日

火 2 9 16 23 30
金 12 19 26
土 13 27

入館受付の際には、必ず登録証をご提示ください。



ゴールデンウィークの開館状況

ゴールデンウィークのため、講座やサークルなどの日程が変更になっている場合がありますので、ご注意ください。

4月		5月						
29	30	1	2	3	4	5	6	7
土	日	月	火	水	木	金	土	日
休館	開館	開館	開館	休館	休館	休館	開館	開館

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、トイレ使用后）
石鹸で手洗いをして、こまめに手指消毒をしましょう。



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。

- ① 13:00～13:40
男性4名 女性4名
- ② 14:00～14:40
男性4名 女性4名
- ③ 15:00～15:40
男性4名 女性4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。

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	⑱	20
21	⑳	23	㉔	25	㉖	27
28	㉙	30	㉓			

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。
不審者の侵入防止、入館資格有無の
確認の為に必要です。
また、万が一の事故・急病の際に
重要となります。

登録証
(カード)



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手指消毒



②検温



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



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



しばらくの間、当センターでは、これまで
同様に、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。





ひばりが丘

学校だより
(令和5年度 第1号)

令和5年4月6日発行
札幌市立ひばりが丘小学校

挨拶から始まる、笑顔の広がる学校づくり

校長 小松 直毅

例年になく雪解けの早い春を迎えました。校舎南側の花壇では、クロッカスの花が咲き誇っています。冬の間、雪の下で蓄えてきた命の力を開花させる春です。学校の中でも、子どもたち一人一人が培ってきた力をもとに、新しい学年で着実に花を咲かせていくことを期待しています。

本日、令和5年度新学期が始まりました。ひばりが丘小学校は元気な1年生61名を迎え、14学級297名でスタートいたします。子どもたちの、元気な笑い声が響く校舎が戻ってきました。

さて、本校の教育活動において、「夢」というキーワードが使われています。「夢をもたせる（豊かな心の育成）」「夢につなげる（学ぶ力の育成）」「夢を支える（健やかな体の育成）」、そして「夢を叶える（地域との連携）」という4つの重点項目を掲げ、教育活動を行っていかうと考えています。

どれも大事な項目ですが、中でも「豊かな心」の育成が大切であると考えています。この「豊かな心」を育てていくために必要なのが「他者意識」になります。自他を大切に思う心が思いやりを生み、心を豊かにしていくのではないのでしょうか。では、他者意識を高めるにはどうすればよいのでしょうか。その答えの一つが「挨拶」です。挨拶は相手があってこそその行動です。初めはやみくもに大声で挨拶していた子が、誰に挨拶をするのかによって声の大きさや言葉遣いを変えていけるようになった例をいくつも見てきました。相手を思って自分の行動を変えることこそ思いやりであり、豊かな心につながるものと考えています。今年度も、挨拶の言葉を交わし合う、温かい学校になるよう、子どもたちを支援していきたいと思っています。

最後になりますが、私、このたび本校校長に着任いたしました 小松直毅（こまつなおき）と申します。前任校より約400人少ない児童数ですが、その分早く名前を覚えて仲良くなりたいと思っております。今年度は私を含め、12人の教職員がひばりが丘小に加わりました。子どもたちが「キラリと輝く」「温かな学校」づくりを、全教職員が一丸となり、保護者、地域の皆様と一緒に進めてまいります。引き続き本校の教育活動に対しまして、変わらぬご理解・ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

★★★★★ 札幌市立ひばりが丘小学校 令和5年度 職員一覧 ★★★★★

校 長	小松 直毅	1年1組	中村 直樹	ひばり学級	大塚 みずき	事務職員	今井 鈴菜
教 頭	鈴木 浩太	1年2組	中島 留美子		赤塚 可奈子	用 務 員	日沼 敬一
教務主任	黒河 典央	2年1組	中川 徹哉		白川 菜穂	校務助手	西城 清子
副 担 任	江連 愛	2年2組	望月 愛弓		吉田 康人	福祉補助員	二階堂 由佳
副 担 任	池野 陽子	3年1組	千葉 奈月	通級指導教室	松澤 史子	学びのサポーター	西川 洋一
養護教諭	東海林 聖子	3年2組	川上 暢子		藤田 侑紀		平野 八重子
栄養教諭	佐直 みゆき	4年1組	城戸 俊樹		本郷 彩	学級アシスタント	北名 真紀子
スクール カウンセラー	石井 早百合	4年2組	木村 真聡		佐藤 珠実		笹尾 幸雄
にーごー講師	小野 敦子	5年1組	寺岡 克宏		壺野 博光		井口 乙葉
時間講師	田崎 友紀	6年1組	岡部 秀哉		佐藤 のえ		派遣の予定あり
巡回SSW	吉田 俊樹	6年2組	鎌田 絢				

＜帰宅時刻のお知らせ＞

4月～9月 午後5時30分 10月～3月 午後4時30分

※帰宅時刻前であっても、天気が悪い日などには暗くなる前には家に入るように指導しています。

学校への電話連絡

月曜日～金曜日 学校 892-4802
※7:45～17:30

- 土日祝日は、学校メールアドレス hibarigaoka-e@sapporo-c.ed.jp へお願いします。
- 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いたします。

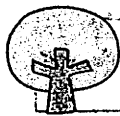
□□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□

学校メールでの連絡は、緊急時のみにお願いいたします。このメールは、職員に転送されます。

利用の際には以下の3点をご確認ください。

- ①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。
- ②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。
- ③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ください。





4月の行事予定



6日(木)	着任式・始業式・入学式 健康カード・運動器検診問診票提出 結核検診問診票配付(全学年)
7日(金)	1年方面別下校<10時30分下校> 給食開始(2年以上) 学級写真撮影 身体計測(2・4・6年)
10日(月)	1年方面別下校<11時40分下校> 身体計測(ひばり・3・5年) 校地内石拾い・ゴミ拾い 下校指導① 通級指導開始・通級保護者説明会(オンデマンド)
11日(火)	1年方面別下校<11時40分下校> PTA資源回収
12日(水)	1年給食開始・午前授業<13時15分下校> 結核検診問診票提出締切
13日(木)	図書指導 避難訓練①
14日(金)	参観懇談会・PTA総会
17日(月)	聴力検査(4年) 児童委員会①
18日(火)	聴力検査(ひ・2年) 図書館開館 全国学力・学習状況調査(6年) 地域訪問①(短縮5時間授業)
19日(水)	地域訪問②(短縮5時間授業) 聴力検査(1年) びーちくパーク
20日(木)	地域訪問③(短縮5時間授業) 交通安全教室<2~4時間目>
21日(金)	視力検査(6年) スクールカウンセラー来校日
24日(月)	視力検査(ひ・5年) 児童委員会②・代表委員会 ひばり学級面談週間(~27日)
25日(火)	視力検査(4年)

3月に配付した年間行事予定では、4月25日(火)に防犯教室・不審者対応・保護者引き取り訓練を予定しておりましたが、諸事情により6月に延期いたします。

26日(水)	視力検査(3年) 校外学習【厚別中央公園】(ひばり)
27日(木)	キラリ(異学年交流) 顔合わせ(2校時)
28日(金)	視力検査(2年)
29日(土)	昭和の日
5月	
1日(月)	全校朝会・児童委員会任命式

○学習参観懇談・PTA総会 4月14日(金)
今年度は、学習参観を実施いたします。その後、教育説明会・学級懇談・PTA総会を各教室で行います。今年度最初の参観懇談です。多数の方のご来校をお待ちしております。

○地域訪問期間 4月18日(火)~20日(木)
・この期間は、ご家庭の場所を確認するために地域を巡回します。担任に相談したいことがある方は、ご連絡ください。
・地域訪問期間中は短縮5時間授業(13:50下校)となります。

~転任者の紹介~



鈴木 浩太 教頭 厚別北小学校より

歴史あるひばりが丘小学校に赴任することができ、うれしく思っております。お子さんたちはもちろん、保護者の皆様や地域の皆様にも笑顔があふれる学校を目指し、精いっぱい頑張っております。どうぞよろしくお願いいたします。

吉田 康人 教諭 西岡北小学校より

再任用としてこのたびお世話になることになりました。体力が落ちてきてはいますが、子どもたちの元気に負けないう精いっぱい頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

島野 博光 教諭 南月寒小学校より

みなさんとお会いできる日を楽しみにしておりました。通級担当ですのでみなさんと直接関わることは少ないと思います。時々声をかけてくださいね。私は一人一人の素敵なところを見付けていこうと考えております。どうぞよろしくお願いします。

赤塚 可奈子 教諭 真栄小学校より

10年前にひばりが丘小学校で勤務していたことがあり、このたびのご縁をとてうれしく思っています。一人一人のキラリが輝く学校で、また子どもたちと共に学び、共に成長していけるよう努めていきたいと思ひます。どうぞ、よろしくお願いいたします。

鎌田 絢 教諭 東白石小学校より

これから出会う子どもたちの笑顔やきらりと光る姿を楽しみにしてまいりました。小さなことでも、子どもたちや保護者の皆様と喜び、日々のうれしさや楽しさを分かち合えるよう努めさせていただきます。早くみなさんの顔と名前を覚えたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。

城戸 俊樹 教諭 平岡南小学校より

10年ぶりの転勤で緊張していますが、それ以上にひばりが丘小学校の子どもたちと会えるのを楽しみにしてきました。「感謝の気持ちを忘れず、今自分ができることを全力で行うこと」を大切に頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

木村 真聡 教諭 百合が原小学校より

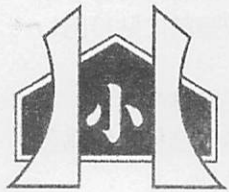
子どもたちのよさをたくさん見付けていきたいと思ひます。パワーをもらいながら、精進していきたいと思ひます。よろしくお願いいたします。

東海林 聖子 養護教諭 小野幌小学校より

みなさんとの新しい出会いを楽しみにやっております。具合が悪いときやけがをしたときだけではなく、何かあったときに立ち寄ってもらえるような保健室にできたらと思ひます。子どもたちだけではなく、保護者の皆様にも安心して利用していただけるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

西城 清子 南郷小学校より

ひばりが丘小学校での新たな出会いを楽しみにしてまいりました。一日も早く慣れてご迷惑をおかけしないよう努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



ひばりが丘

学校だより

(令和4年度 第14号)

令和5年3月24日発行
札幌市立ひばりが丘小学校

感謝

校長 荻澤 吐夢

3月22日に、54名の卒業生が「ひばりが丘小学校」を巣立っていきました。

担任の先生からの証書授与での最後の呼名は、心に響きました。それに応えるように返事をする卒業生からは、緊張感や喜び、そして、期待や希望という気持ちが感じられました。入学した時は、本当に小さくかわいらしい姿が、大きくも逞しく、凛とした姿に成長し、6年間の努力が体や心に刻みこまれていました。

心から「おめでとう」



一人一人にお伝えしました。

6年生が卒業し、1年生から5年生の子どもたちも、とても寂しがっていますが、6年生の姿をしっかり受け継ぎ、令和5年度も一人一人がキラリと輝く姿を見せてくれることと思います。期待しています。

本日は1年間の最後を締めくくる大切な日となりました。離任式では、離任される職員とのお別れをし、1年間過ごした教室で担任や仲間へ感謝の言葉や挨拶を交わして下校しました。少し、寂しさを感じますが、教育活動が滞りなく無事に終えようとしております。

感染予防対策による学校教育活動が停滞したこともありました。しかし、子どもたちが健やかに育っているのは、保護者・地域の皆様のお力添えのお陰と職員一同、心より感謝しております。

今後も、一層のご支援をよろしくお願いいたします。

私も、本校を卒業いたします。一人一人の良さを大事にし、子どもたちと共に学校生活を送ろうという気持ちで進めて参りました。コロナ禍で保護者や地域の皆様と接する機会がほとんどなく、とても残念な気持ちではありますが、学校の教育、そして、先生方を応援していただき本当に感謝の気持ちでいっぱいです。この学校での2年間は、私の財産になりました。次の学校(札幌市立栄町小学校)でも、本校でいただいた財産を大切に、子どもたちと関わっていきます。本当に、ありがとうございました。

〈来年度の学校諸費引落日の変更について〉

給食費が公会計へ移行することに伴い、学校諸費の引落日について一部変更いたします。令和4年度は、毎月27日(27日が土日祝日の場合は休みが明けた平日)に学校諸費引落日を設定しておりましたが、令和5年度は、前期5月29日(月)・後期10月27日(金)の年2回とさせていただきます。給食費を含まない学校諸費は昨年度までの金額よりも大幅に減額するため保護者の皆様の振込手数料のご負担を小さくし、会計をスリム化しました。お引落とし金額は4月に別途お知らせいたします。

安全を考慮し、来年度も引き続き現金による集金を減らしていきたいと考えております。保護者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

■着任式・始業式・入学式 4月6日(木)

8:15～ 8:25 登校

8:35～10:00 着任式・始業式・学級指導

10:00～ 2～5年生時差下校

11:00～11:30 1年生入学式

11:50頃 1年生下校(給食なし)

12:15 6年生下校

※全学年で、クラス替えが行われます。

■給食開始(2年以上)は4月7日(金)からです。

西玄関の靴箱には学級表示がされております。クラス名簿は玄関前と教室前に貼り出します。

新2・3年生～外靴をもって教室へ

新4～6年生～新しいクラスの靴箱に外靴を入れて教室へ

【持ち物】

□上靴 □筆記用具 □おたよりファイル

□ハンカチ □ティッシュ □かばん

□家庭環境調査 □健康調査票

□健康カード □運動器検診問診票

□春休み健康チェック表

退職・転任のご挨拶

教諭 山崎 孝行(再任用として南白石小学校へ)

先日、中学校に見学に出かけると1～3年生全学年に教え子の成長した(一気に大人びた)笑顔が見られ、6年間の時を感じ、ほっと安心嬉しくなりました。退職の年に卒業生を担当できた喜びでいっぱいの3月です。ありがとうございました。

養護教諭 米澤 恵美(再任用として厚別通小学校へ)

6年間、温かい保護者の皆様と優しい子どもたちに囲まれて、かけがえのない時間を過ごすことができました。心から感謝申し上げます。ひばりの子どもたちの笑顔が、これからも輝いていくことを願っています。ありがとうございました。

教頭 佐藤 智儀(北野小学校へ)

令和2年4月から3年間勤務させていただきました。保護者の皆様、地域の皆様から温かいご支援を賜り、充実した日々を過ごすことができました。心より感謝申し上げます。

今後ともひばりが丘小学校の教育を支えていただきますようお願い申し上げます。

教務主任 廣谷 幸司(三里塚小学校へ)

この4年間、担任の先生からスタートしてあっという間に過ぎてしまいました。全校の皆さんとたくさん触れ合うことができ、楽しい毎日でした。次は、清田区の三里塚小学校に行きますが、そこでもたくさんの子供たちと元気いっぱい触れ合っていきます。

ことばの教室 平山 明香(元町小学校へ)

ひばりが丘小学校では3年間、厚別区では6年間、大変お世話になりました。通級の子供たち、ひばりが丘小学校の子供たちに出会えることができ、素敵な思い出が沢山できました。この思い出を胸に、次の小学校でも頑張ります。ありがとうございました。

校務助手 小林 るみ子(小野幌小学校へ)

3年間、ひばりが丘小学校で元気な子供たちの声をききながら、楽しい日々を過ごすことができました。また、保護者の皆様、地域の皆様には大変お世話になりました。

ありがとうございました。

<↓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。

統合第1回・第48回 卒業証書授与式 「式辞」

札幌市立もみじ台中学校を卒業する百九名の卒業生の皆さん、御卒業おめでとうございます。また、この佳き日に、御来賓の皆様をはじめ卒業生保護者の皆様の御臨席を賜り、統合第1回・第48回卒業証書授与式を挙行できますことが、何よりも大きな喜びです。皆様には心より感謝申し上げます。

— 中略 —

さて、本校は統合による新設校として、新たなスタートを切りました。二つの学校が一つになる、これは言葉でいうほど簡単なことではありません。ですが、皆さんはその困難さを、最上級生として新しい学校をつくることができる「大きな喜び」と捉えて、歩みを創^{はじ}めました。新生もみじ台中学校が、最初の扉を開けて、大きく第一歩を踏み出すことができたのは、そんな皆さんの姿に、多くの人の心が動いたからです。

10月28日の合唱フェスティバル、あの日の皆さんの凛とした姿、想いを込めた歌声、体育館の空気が、窓から差し込む光までもが、美しい情景として今なお私の心の中に残っています。何よりも尊いのは、あの日を迎えるまで積み重ねてきた日々を通して、全校生徒の気持ちが、同じ方向に向かっていった過程です。そんな皆さんの姿から私が感じていたのは「もっと、もっと、みんなの気持ちをつなげば、できるはず。なんだって、できるはず。」そんな想いです。そしてその姿は、あの時だけのものではありません。だからこそ、卒業期を迎え在校生から皆さんに贈られたメッセージからは、行事や部活動での輝きへの憧れはもちろん「目標に向かって努力する」「どんなことにも真剣に」「本当のカッコよさ」「いつも優しく笑顔で」などの大切さを、教えてくれたことへの感謝の言葉^{あふ}が溢れていました。皆さんが積み重ねた日常の一つ一つが輝いていたから、その後ろ姿から、在校生は多くのことを学んできたのです。昨日の合唱交流会は、本校の伝統のバトンが皆さんから在校生に、確実に渡されたことを感じることもできた、とっても幸せな時間と空間でした。そんな卒業生に心からの感謝を込めて。本当にありがとう。

— 中略 —

最後に、私が挫けそうになった時、元気をもらっている言葉を卒業生の皆さんに贈ります。東区にあるモエレ沼公園を創った、世界的な彫刻家イサム・ノグチは、彼の作品を鑑賞した人からこんな質問をされたそうです。「この部分は、もっと形を整えた方が完璧になりませんか？」その時、彼は笑いながらこう答えたそうです。「そこは、あえてそのままにしているのです。完璧じゃないことが大事なんです。ボクは不完全なことが、面白いて思うんだよね。」

完璧な人間はいません。だから人は失敗をします。失敗をするから、どうすればいいかを考えます。学び続けるということは、きっとそういうことです。大切なのは、失敗しないことではなくて、前を向こうとすること。皆さんが夢をもって、しなやかに人生を切り拓いていくことを願い、式辞といたします。

3月15日（水）卒業証書授与式が執り行われました。



卒業生保護者の皆様へ

御卒業おめでとうございます。そして御多忙の中、本校の卒業証書授与式に多数御出席いただきありがとうございます。なお式当日の御来賓祝辞、在校生送辞、卒業生答辞につきましては、今年度よりホームページにて掲載いたしますので、そちらを御覧ください。

札幌市立もみじ台中学校便り

第12号 令和5年3月24日

札幌市厚別区もみじ台西1丁目

TEL: 897-4584

HP: <http://www.momijidai-j.sapporo-c.ed.jp/>

もみじだい

素顔と笑顔

校長 木原 英俊

先日の統合第1回・第48回卒業証書授与式は、多くの御来賓と保護者の皆様の御臨席をいただく中で、無事に挙行することができました。当日は会場スペースの関係で1年生の参加は叶いませんでしたが、上級生は1年生の存在も感じながらお互いの気持ちを伝え合い、卒業生した3年生は保護者の皆様への感謝の気持ちを、一言の返事に込めて卒業証書を受け取っていました。最後の合唱は、全校生徒の気持ちが満ちて体育館中に拡散するような歌声が、心にまで響いてくるようでした。そんな中で多くの皆様の拍手に包まれながら、109名の卒業生が立派な姿で本校を巣立ちました。3年前の入学式は、どの中学校も新入生だけの参加による少し寂しい式にせざるを得なかったことを思うと、感無量です。

さて、本校では2月の「卒業式はマスク不要」という文科省通知を受けて、段階的に着用場面の緩和を進めてまいりました。子どもたち同士が、お互いの素顔に触れる場面が少しずつ増えていく中で、3月15日の巣立ちの時に向かっていく毎日でした。そして、全校生徒が一堂に会する最後の機会となった前日の総練習には、場面に応じて多くの生徒が素顔で参加していました。真剣なまなざしや表情からも全校生徒がこの行事のもつ大切な意味を理解していることが伝わりました。最後の合唱交流は、マスク着用ではありましたが、各学年の想いを込めた歌声を通して、卒業生から在校生に本校の伝統のバトンが渡されたことを感じられたことが、私は何よりも嬉しく思っています。

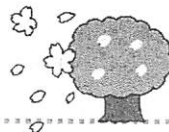
ところで、現在、本校の北玄関前の歩道には、新たに二つの標語が掲げられています。「はずそうよ 心のマスク 今すぐに」「声に出す 互いの長所 いい気分」この二つは、第49期生徒会役員が考案した、もみじ台中学校区青少年健全育成推進会の標語です。この3年間、教育活動はもちろん日常生活全般において、常にマスクの着用が求められてきました。そう考えると、気が付かないうちに心の中にもマスクを着けてしまっているのも無理はありません。ですが、心にマスクが張り付いてしまうと自信がもてず、自分の良さに気が付かなくなってしまいます。心のドアまで閉じると「素のあなたがもっている素敵さ」が、周囲には伝わらなくなってしまいます。こんなもったいないことはありません。

「やまない雨はない」という言葉通り、3年間続いた長雨はようやく上がりそうです。誰にでも、雨上がりに家の中から思いっきりドアを開けてみたら、キラキラした日差しのシャワーを浴びて、そこには澄み切った青空が広がっていた…。という経験があるはずです。勇気を出して心のマスクをはずせば、お互いの良いところを声に出して認め合えますし、その先には清々しさと、いい気分が待っています。

最後になりますが、本日の修了式をもって、本校の令和4年度教育活動が終了いたします。長きにわたり新型コロナウイルス感染下の教育活動が続きましたが、4月1日からはガイドラインの改定により、マスクの着用を求めないことが基本となります。感染症対策は今後も継続されますが、子どもたちの「素顔と笑顔が溢れる日々」が、少しでも早く訪れてくれることを願ってやみません。今後とも本校の教育活動に、御理解と御協力のほどをよろしくお願いいたします。



～離任される教職員からのメッセージ～



佐藤 元基 教頭先生（米里小学校へ）

コロナ対策や中学校統合など、この3年間、保護者並びに地域の皆様にはご心配をおかけしましたが、皆様のご理解とご支援を賜りましたこと感謝申し上げます。

生徒のみなさんは、卒業生が見せてくれた姿を忘れずに一日一日を大切に過ごしてください。千里の道も一歩から。大事なことは毎日の積み重ねです。それぞれの目標に向け前進してください。

北澤 久美子 先生（定年退職）

新生もみじ台中学校となって1年が経ちましたが、そんな中退職を迎えることになりました。私はもみじ台南中学校から着任してきたので6年間、もみじ台地域で勤務させていただいたことになりました。新しく歩み始めたもみじ台中学校が今後さらに素敵な学校になることを願っております。今までありがとうございました。

鈴木 隆二 先生（退職）

2018年にもみじ台中学校に着任してからお世話になりました。2021年12月に体調を崩してしまい、今回退職することになりました。

2年生の生徒たちにはご迷惑をおかけしました。4月からは最高学年として立派な生徒を目指してください。

今井 学 先生（福井野中学校へ）

1年間という短い間でしたが、もみじ台中学校での多くの体験を通して、また新たな自分なりの発見をすることができました。皆さん大変お世話になりました。ありがとうございました。

生徒の皆さん。何事にも取り組もうとするチャレンジ精神と逞しさをもって、これからも各々の目標達成に向けて頑張ってください。陰ながら応援しています。

佐々木 知子 先生（北白石中学校へ）

1年間でしたが、明るく楽しく授業をすることができました。みなさんの前向きで、優しい雰囲気がとても好きで、毎日授業を楽しみにしていました。

これからも、未来に向かって元気に羽ばたいてください。

羽生 大志 先生（羊丘中学校へ）

短い間でしたが、お世話になりました。もみじ台中学校では、2年間という月日があっという間に感じられるほど、新しい発見がたくさんある毎日でした。授業等であまり交流がないにもかかわらず、皆さんからたくさん話しかけてくれて嬉しかったです。

来年度も、より良いもみじ台中学校を築き上げられるよう、何事にも全力でチャレンジしてください。

木村 明里 先生（退職）

もみじ台中学校の生徒はとても礼儀正しく、明るい挨拶にいつも元気付けられていました。コロナ渦や統合など、様々なことを乗り越えた皆さんなら、きっとこの先も仲間と手を取り合って強く生きていくでしょう。皆さんのご活躍を心よりお祈りしています。

林 理沙 校務助手（もみじの森小学校へ）

4年勤務したうちの2年は産休育休をいただいていた。お会いできなかった方も多くいると思いますが、私にとっては大きな転機となったもみじ台中学校でした。

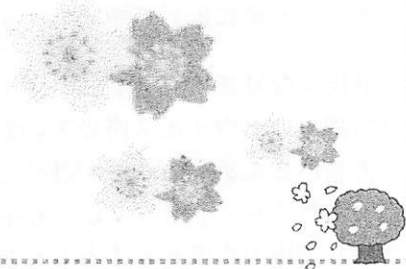
お休み中の異動で、なかなか実感もわきませんが、もみじ台中に戻れないのはとても残念です。短い間でしたが大変お世話になりました。ありがとうございました。

鎌田 麻優美 校務助手（退職）

1年間という短い期間ではありましたが、皆様のおかげで大変楽しくお仕事をさせていただき、ありがとうございました。

当初、2か月ということでお引き受けしたお仕事でしたが、まさか1年お世話になるとは思ってもいませんでした。

皆様のご協力のおかげで無事乗り切る事ができました。本当にありがとうございました。



新年度は4月6日（木）始業式、4月7日（金）が入学式です。



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」

出会いに感謝し、すべての経験を宝ものに

校長 木原 英俊

札幌市立もみじ台中学校に入学する97名の新入生の皆さん、入学おめでとうございます。皆さんの本校への入学を心からお祝いします。さて、いよいよ今日から、新生もみじ台中学校の、1年生としての生活が始まります。大きな希望を胸に、今日からの日々を楽しみにしていたと思います。また、その一方では、様々な不安を感じている人もいるかもしれません。ですが、心配することはありません。安心してください。人が不安になる理由はいろいろありますが、今から、代表的な二つの不安を「やっつけてしまおう」と思います。

まずは一つ目です。「失敗したら 恥ずかしいし…。不安だなあ」と思ったら。

一度も失敗しない人なんて、この世の中に一人もいません。逆に何から何までうまくいく人生なんて、意外と退屈でつまらないものです。失敗をするからこそ工夫して考える。周囲と協力して乗り越えていく。だから 人生は面白くて、楽しいのです。

次に二つ目です。「ひとりぼっちになったら寂しいし…。不安だなあ」と感じたら。

そんな気持ちになった時こそ、大きく深呼吸をして、ゆっくりと周囲を見渡してください。きっと、あなたを助けてくれる人の存在に気が付くことができます。あなたが話しやすいと感じた人、誰でもいいのです。自分の素直な思いを伝えてみてください。その時は、人の優しさに気が付くことができるチャンスです。

どうでしょう。少しは気持ちが楽になったでしょうか。今お話しした二つに共通していること。それは、あなたは決して一人ではないということです。今もあなたの周りには、96人の同じ学年の仲間がいます。後ろ側には2年生、3年生の先輩方があなたを心から歓迎しています。保護者の皆様はもちろんですが、先生方や職員の方も常に温かく見守ってくれる存在です。

だからこそ、これから始まる中学校生活の中で、大切にしてほしいことがあります。それは、毎日の生活の中で人との出会いに感謝し、すべての経験を自分自身の宝ものにしてほしいということです。そんな日々をこれから積み重ねていくことができれば、きっと夢をもって、前に進むことができるはずです。ぜひ、全校生徒の力で、ステキな時間と空間を創ってほしいと思っています。

最後になりますが、本校教職員一同、お子さまの健全な心身の育成に資するよう、誠心誠意努力してまいります。保護者の皆様、地域の皆様の、本校教育に対する一層のご理解とご協力を賜りますことをお願い申し上げます、式辞といたします。

(統合第2回 第49回入学式 式辞より、抜粋)

始業式 生徒代表の言葉

生徒代表 3年1組 ※※ ※※

皆さんは春休みをどのように過ごしましたか。友達と遊んだり家族でどこかにでかけたり楽しい思い出がいっぱいできたと思います。ですが、今日から新学期が始まります。各学年で新学期に向けて不安や楽しみとっていることがあったのではないのでしょうか。

新3年生は受験生として今までよりも勉強を頑張らないといけません。3年生全員が第一志望の高校に入学できるように頑張っていきましょう。さらに3年生は今年最後の部活動となります。今までやってきたことを大会や試合で出せるように取り組んでいきましょう。

新2年生は新1年生が入ってきて先輩として去年よりも自覚をもちながら学校生活を送ることになると思います。3年生の良いところをたくさん吸収して、来年に繋げていけるような、そんな1年にしていってほしいと思います。

勉強も大変になってくるとありますが3年生は修学旅行、2年生は宿泊学習が待っていて、その他にも楽しい学校行事はたくさんあると思います。去年よりもコロナの規制がゆるくなっていてより一層学校生活を満喫していきましょう。

勉強との両立もして学期末にこの1年間で最高に楽しい1年だったと思えるようにこの1年間一日一日大切に生活していきましょう。

入学式 新入生代表の言葉

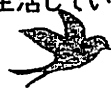
新入生代表 1年3組 ※※ ※※

いつもの年より早い雪解けて、これから通う通学路には新しい命の芽吹きを感じます。あたたかな春のおとずれと共に、私たち新入生97名は、もみじ台中学校に入学します。

本日は、このようなすばらしい式を開いていただき、本当にありがとうございます。この日のために準備くださった先生方、保護者の皆様、来賓の皆様にも、改めて感謝いたします。

中学校では、新しいことがたくさん始まります。新たに会える友達や先生、生徒会行事、部活動、そして、勉強。楽しみでわくわくすると同時に、ちょっぴり不安も感じます。たとえば、算数は数学に変わり、学ぶ範囲がぐっと広がります。一つ一つの教科もより難しくなり、くじけてしまうこともあるかもしれません。けれど、学び続けることで見える世界も広がるのではないかと大きな期待をもっています。何事も前向きに、粘り強く挑戦し続けていきたいと思っています。そして、行事や部活動に一生懸命取り組んでいる先輩方を見習い、充実した中学校生活を送りたいです。

私たち新入生は、今日からもみじ台中学校の生徒として、ともに成長できるよう、精いっぱい努力していきます。先生方、先輩方、あたたかい目で見守り、ご指導よろしくお願いします。



～ 教職員一覧 ～





～着任された教職員からのメッセージ～

宮野 静 先生（厚別北中学校より）

厚別区の厚別北中学校から来ました。長き伝統を引き継ぎながらも、新しい歴史を作っていくタイミングで、皆さんと一緒に学校作りができることを嬉しく思います。生徒の皆さんに寄り添いながら、安全安心な毎日を送ることができるように、一生懸命サポートしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。

大野 智也 先生（平岸中学校より）

豊平区の平岸中学校から来ました。みんなが笑顔で楽しく学校生活が送られるようにサポートしていきたいと思っています。中学校生活は長いようであっという間の3年間です。ぜひ、悔いの残らないように「全力」で楽しみましょう。

保護者の皆様、子どもたちのために、一生懸命頑張っていきたいと思っています。これからよろしくお願いします。

大西 真之助 先生（北都中学校より）

白石区の北都中学校より参りました、大西真之助です。毎日楽しく学校生活を送れるように子どもとの結びつきを大切にしていきます。どんなことも誠実に頑張っていきたいと思っています。これからよろしくお願いします。

中澤 伸枝 先生（厚別南中学校より）

始業式での校長先生のお話から、もみじ台南中学校ともみじ台中中学校が統合して1年間、新しい歴史を刻むために生徒の皆さんと先生方が一緒になって頑張ってくれたことを強く感じ取りました。これから始まる2年目。これかもみじ台中中学校だといえるよう、生徒の皆さん、先生方、保護者の皆様、地域の方々と力を合わせて頑張っていきたいと思っています。よろしくお願いします。

伊藤 美弥 先生（伏見中学校より）

中央区の伏見中学校から来ました伊藤美弥です。もみじ台中中学校らしさを引き継いで、皆さんと一緒に成長できるように頑張っていきたいと思っています。これからよろしくお願いします。

多田 美保 校務助手（信濃中学校より）

厚別区にある、信濃中学校から参りました。

生徒や保護者の皆様と関わりながら、もみじ台中学校の素敵なところをたくさん教えてもらいたいと思います。よろしくお願いします。

佐藤 日香里 先生（東白石中学校より）

後日掲載予定



4月のおもな行事予定（詳しくは別紙の行事予定をご覧ください）

- 12日（水） 補助教材、アルトリコーダー販売 新入生歓迎会 部活動見学①
- 13日（木） 部活動見学② 2・3年部活動費納入締切
- 14日（金） 会議のため完全下校
- 17日（月） 部活動見学③
- 18日（火） 全国学力・学習状況調査（3年生国数英①） 部活動設立集会 1年部活動費納入締切
- 19日（水） 公開授業（5校時）、学年保護者集会、PTA 総会、体育文化振興会総会、6組新入生歓迎会
- 24日（月） 全校協議会① 常局会、議長会
- 26日（水） 全校協議会②
- 28日（金） 身体測定、1年聴力検査、全国学力・学習状況調査（3年生英②）

学校ホームページは随時更新していますので、ぜひ御覧ください。

<https://www.momijidai-j.sapporo-c.ed.jp/>

<< 住民集団健康診査のご案内 >> ※日程等は裏面参照

予約不要です。直接会場にお越しください。

●特定健康診査、後期高齢者健診等健康診査を受診できるのは、同一年度内に1回のみです。

●健診前日からアルコール摂取と激しい運動を控え、健診当日はできるだけ直近の食事(朝食又は昼食)をとらないでください。(飲水可)

※ 健診結果は、おおむね2週間から1カ月程度で北海道結核予防会より郵送されます。

特定健康診査

健診内容	対象年齢等	対象者	費用	受診に必要なもの
○基本的な健診 ・身体診察 ・問診 ・身体計測 (身長、体重、腹囲) ・血圧測定 ・血液検査 (脂質、肝機能、血糖、腎機能) ・尿検査 (尿糖、尿蛋白)	40歳 ～ 74歳 (令和6年3月 末までに40歳 になる方を含 む)	●札幌市国民健康保険にご加入の方 (とくとく健診) ●全国健康保険協会(協会けんぽ)にご 加入の被扶養者(ご家族)の方は受診でき ます。 ●その他の健康保険にご加入の方は、受 診することができる場合がありますので、 受診前にご加入の健康保険者(健保組 合、共済組合等の保険証の発行元)にお 問合わせください。	600円 (市・道民税非課税世帯の方、 年度内に40歳に到達する方は 0円。受診券に記載あり) 受診券に記載さ れている額、また は負担率	◎特定健康診査 受診券 ◎健康保険証 ◎前年度の健診結果 (お持ちの方)
○詳細な健診 (貧血検査、心電図検 査、眼底検査)	【詳細な健診の対象者】一定の条件を満たし、かつ、医師が必要と認めた方 【詳細な健診の費用】受診券に記載されている額、または負担率			

後期高齢者健診

健診内容	対象年齢等	対象者	費用	受診に必要なもの
・身体診察 ・問診 ・身体計測(身長、体重) ・血圧測定 ・血液検査 (脂質、肝機能、血糖、腎機能) ・尿検査 (尿糖、尿蛋白)	・75歳以上 ・65歳以上の 後期高齢者医 療制度に加入 の方	札幌市にお住まいの 後期高齢者医療制度に ご加入の方 (札幌市発行の受診券をお持ち の方)	400円 (市・道民税非課 税世帯の方は0 円。受診券に記 載あり)	◎後期高齢者健診受診券 ◎後期高齢者保険証 ◎前年度の健診結果 (お持ちの方)

生活保護世帯、中国残留邦人等の支援給付世帯 健康診査

健診内容	対象者	費用	受診に必要なもの
○40～74歳の方は、「特定健康診査」の「基本的な健診」と同様 ○75歳以上の方は「後期高齢者健診」の健診内容と同様	40歳以上の方(令和6年3月末ま までに40歳になる方を含む) ※付加健診の受診はできません	無料	◎生活保護世帯の方は、 生活保護世帯健康診査受診券 ◎中国残留邦人等の支援給付世帯の方は、 本人確認証

付加健診	健診内容	対象者	費用
	・血液検査(白血球数) ・貧血検査(ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数) ・心電図検査(体表12誘導)	①札幌市国民健康保険のとくとく健診(特定健診)を受ける方 ②札幌市の後期高齢者健診を受ける方	500円 (市・道民税課税・非課税に関わらず)

肺がん検診・結核定期健康診断・肝炎ウイルス検査 ※対象者であれば健康保険の種類に関係なく受診

検査の種類	検査内容	対象者	費用	受診に必要なもの
肺がん検診 (受診日現在で満 40歳以上) 結核定期健康診 断(65歳以上、肺 がん検診と同時実 施)	① 問診、胸部 エックス線検査 ② 喀痰細胞診 (胸診の結果によ り実施)	肺がん検診は、札幌市にお住まいで職場等で検 診を受ける機会がなく、検診当日に40歳以上の 方(39歳の方は不可)。結核健診は、65歳以上の 方(肺がん検診と同時実施)。 注：胸部エックス線検査の時には、上半身に金 属・プラスチック・ボタン・ファスナー等が付いたも のの着用は避けてください。	① 無料 ①+② 400円 ※	健康保険証、運転 免許証、パスポート などの氏名・年齢・ 住所を確認できるも の
肝炎 ウイルス検査	B型・C型肝炎ウィ ルス検査	札幌市にお住まいで、過去に肝炎ウイルス検査を 受けたことがない方。	無料	

※ 70歳以上の方、65歳～69歳で後期高齢者医療にご加入の方、市・道民税非課税世帯の方、生活保護世帯の方、中国残留邦人等の支援給付世帯の方は証明書の提示により無料となります。

なお、肺がん検診にて喀痰細胞診が無料となる「市・道民税非課税世帯」の判断基準は、札幌市国民健康保険における特定健康診査の判断基準と異なることから、費用が0円である特定健康診査受診券を証明書とすることはできませんので、ご注意ください。

「市・道民税非課税世帯」として喀痰検査を無料で受診するためには、18歳以上の世帯員全員分が非課税である「市・道民税課税証明書」か、65歳以上で保険料段階が第1～3段階の介護保険料納入通知書等(何れも最新のものを)を提出する必要があります。

令和5年度 札幌市住民集団健康診査日程(厚別区)

実施日			受付時間	実施会場	会場住所
月	日	曜			
6月	3日	土	9:00～11:00	梅ヶ丘町内会館	上野幌2条1丁目5-15
6月	13日	火	9:00～11:00	厚別南会館	厚別南1丁目15-10
6月	13日	火	13:30～15:00	もみじ台南第1集会所	もみじ台南4丁目2-20
7月	6日	木	9:30～11:00	原始林会館①	厚別東2条4丁目7-17
7月	6日	木	13:30～15:00	上野幌中央会館	上野幌3条5丁目7-1
7月	7日	金	9:30～11:00	原始林会館②	厚別東2条4丁目7-17
7月	7日	金	13:30～15:00	上野幌会館	厚別南5丁目22-19
7月	18日	火	9:00～11:00	ひばりヶ丘東集会所	厚別中央1条4丁目3-1
7月	18日	火	13:30～15:00	厚別信濃会館	厚別中央4条3丁目3-6
7月	25日	火	9:00～11:00	パークアベニュー集会所	大谷地東3丁目4-1
7月	25日	火	13:30～15:00	もみじ台北第2集会所	もみじ台北4丁目6-100
8月	4日	金	9:30～11:00	厚別西会館	厚別西2条3丁目8-31
8月	4日	金	13:30～15:00	小野幌会館	厚別東4条4丁目9-3
8月	17日	木	9:30～11:30	森林公園パークハウス西参番街C棟	厚別北2条4丁目1-3
8月	17日	木	13:30～14:30	〃	〃
9月	6日	水	9:00～11:00	パークシティ大谷地集会所	大谷地東7丁目6
9月	16日	土	9:00～11:00	厚別桜台会館	厚別西5条1丁目24-12
10月	4日	水	9:30～11:00	もみじ台東第1集会所	もみじ台東1丁目1-100
10月	4日	水	13:30～15:00	森林公園会館	厚別北4条4丁目1-5
10月	13日	金	9:30～11:00	青葉会館	青葉町3丁目2-26
10月	13日	金	13:30～15:00	大谷地団地町内会館	大谷地西3丁目15-1
10月	20日	金	9:30～11:30	厚別区民センター①	厚別中央1条5丁目3-14
10月	20日	金	13:30～15:00	〃	〃
11月	4日	土	9:30～11:00	厚別老人福祉センター	厚別中央1条7丁目17-25
11月	17日	金	9:30～11:30	厚別区民センター②	厚別中央1条5丁目3-14
11月	17日	金	13:30～15:00	〃	〃
12月	21日	木	9:30～11:30	厚別区民センター③	厚別中央1条5丁目3-14
12月	21日	木	13:30～15:00	〃	〃
1月	19日	金	9:30～11:00	厚別区民センター④	厚別中央1条5丁目3-14
1月	19日	金	13:30～15:00	〃	〃
2月	6日	火	9:30～11:30	厚別区民センター⑤	厚別中央1条5丁目3-14
2月	6日	火	13:30～15:00	〃	〃
3月	4日	月	9:30～11:30	厚別区民センター⑥	厚別中央1条5丁目3-14
3月	4日	月	13:30～15:00	〃	〃
3月	15日	金	9:30～11:30	厚別区民センター⑦	厚別中央1条5丁目3-14
3月	15日	金	13:30～15:00	〃	〃

※実施日は、変更になる場合があります。広報さっぽろ(区版)にてあらためてお知らせいたしますので受診前にご確認ください。
 ※午前と午後一日を通して実施する会場については、午後が比較的すいておりますので、午後もご利用ください。また、午前の受診者が集中し混み合う場合は、当日の会場等の状況により午後からの受診をお願いする場合がありますので、予めご了承ください。

問合せ先 札幌市コールセンター TEL222-4894(年中無休 8時～21時)

●札幌市ホームページ

札幌市 住民集団健康診査



●健診の実施内容について…厚別保健センター TEL895-1881

●受診券(再発行)・自己負担額について…厚別区保険年金課保険係 TEL895-2594

●札幌市国民健康保険以外の健康保険に加入されている場合の受診券・費用等について
 …健康保険証の発行元にお問い合わせください(健保組合、共済組合など)

●生活保護世帯の方…担当ケースワーカーにお問い合わせください。

●支援給付世帯の方…保健福祉局総務課 TEL211-2932

●健診実施機関…(公財)北海道結核予防会札幌複十字総合健診センター TEL252-5266



SAPPORO

さっぽろ市
02-F06-23-27
R5-2-16

厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉だより

第27号

2023年3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

厚別南地区センターにて

サロンが誕生しました!

サロンわかば

名称

令和5年3月

◎日 時：毎週月曜日（月4回）

10：00～11：30

◎内 容：ストレッチ、転倒予防体操、脳トレ、交流など

*学習企画なども予定しています。

◎場 所：厚別南地区センター4階 集会室A・B

◎持ち物：動きやすい服装、上靴、水分

◎料 金：月額500円



運営に携わる皆様



代表の川村さん

副代表・中鉢さん

参加する皆様が“イキイキ”と楽しめて「来てよかった!」と思えるようなサロンを目指します。お気軽にご参加ください。一緒に楽しみましょう。

代表 川村 敬子

参加申し込みの電話は不要です。当日、直接お越しください。

ご存知ですか?介護予防センターは身近な相談窓口です。



介護予防センターは札幌市が設置した機関で、厚別区には4カ所あります。ご自身の健康のこと、介護のこと、暮らしの中での困り事などいつでもご相談ください。お話を聞いて必要な情報をお渡ししたり、適切な関係機関のご紹介が出来ます。どうぞお気軽にご相談ください。

サロンの出前講座の依頼もお待ちしています。



896-1475

〜〜札幌学院大学ホームページより〜〜

【心理臨床センター・臨床心理学研究科】
『高齢者プログラム研究を行いました』

「札幌学院大学
高齢者プログラム
研究」と検索
すると閲覧でき
ます。



昨年9月より、札幌市厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉との連携研究として、大宮秀淑教授と斉藤美香教授による認知機能改善療法（脳トレ）と集団回想法を組み合わせたプログラムを実施しました。8名の方が参加し、毎回、和気あいあいとした中、真剣に楽しく取り組まれました。実施前に比べて、脳機能とQOL（生活の質）が向上しました。今後、地域に広げるため、来年度も実施予定です。

*写真の掲載について、皆様にご了承いただいております。

町内会回覧のご協力ありがとうございます。裏面のすこやか倶楽部のご案内もどうぞご覧ください。

オンライン介護予防教室

参加者募集中！

パソコンや、スマートフォンなどを使ってご自宅から気軽に参加できます。天候に左右されないなど、オンラインならではのメリットを活かして運動習慣づくりにお役立てください。

◎日 時 毎週水曜日 PM3:00～(20分程度)

◎参加費 無料 *通信料は別途必要です。

◎参加条件 予防センターとメールのやり取りができる方



参加方法

yobousenta-@karipu.jp

題名に「オンライン教室参加希望」と書いて空メールを送ってください。

招待用のURLを返信します。スマホ・タブレットでも参加できます。繋がるまで電話などで丁寧に説明します。

すこやか倶楽部<日程表>



すこやか倶楽部にご参加の際は、事前の体温チェックと、マスクの着用をお願いしています。

すこやか倶楽部は、転倒予防体操やコグニサイズ・ラダー運動など認知症予防のプログラムを下記の会場5ヶ所で、ひと月1回ずつ行っております。料金は無料、参加受付は初回のみ介護予防センターへの電話一本で完了です。以降は参加自由です。楽しみながらご自身の健康づくりしてみませんか?ご友人と参加していただいても構いません!

厚別信濃すこやか倶楽部

❁ <開催場所> 厚別信濃会館 (厚別中央4条3丁目3-6)
<開催日時> 毎月第4木曜日 13:00~14:00

4月27日

5月25日

6月22日

ひばりが丘東すこやか倶楽部 ※上靴をご持参ください。

❁ <開催場所> ひばりが丘東集会所 (厚別中央1条4丁目3-1)
<開催日時> 毎月第4火曜日 13:30~14:30

4月25日

5月25日

6月23日

青葉すこやか倶楽部

❁ <開催場所> 青葉会館 (青葉町3丁目2-26)
<開催日時> 毎月第1金曜日 第1部 13:30~14:30
第2部 14:30~15:30

4月7日

5月 休み

6月2日

新さっぽろすこやか倶楽部 ※上靴をご持参ください。

❁ <開催場所> 新さっぽろ集会所 (厚別中央1条5丁目5-10)
<開催日時> 毎月第4火曜日 10:00~11:00

4月25日

5月25日

6月27日

いきいき青葉南教室

❁ <開催場所> 青葉南集会所 (青葉町6丁目3-10)
<開催日時> 毎月第4木曜日 10:00~11:00

4月27日

5月25日

6月22日



介護予防センターは地域の皆様の通いの場、サロン、老人クラブ、サークル活動の立ち上げや活動継続のお手伝いをしています。お気軽にお声がけください。

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)

✉ yobousenta-@karipu.jp

担当 仁木 石崎





札幌徳洲会病院

医療講演

参加無料！
電話予約制！

午後
2時

《演題》

明るい老後のための豆知識
安心したおうち生活を過ごすた
めに

《講師》

福祉支援相談室

大森 英介

午後
3時

《演題》

生活習慣を見直そう！
～セルフチェックで病気がわかる！？
～

《講師》

看護師 副主任

柏木 真志保

日
時

5月25日(木)

要予約
参加人数
制限あり
(先着順)

会
場

厚別区民センター 2階 会議室A

住所：厚別区厚別中央1条5丁目3-14

お問い合わせ

<地域広報室> 電話(直通):011-890-1675 (担当:金田)

◎講演日前日までにお電話にて予約してください。(TEL受付時間 平日13時～16時)

※緊急患者様等により急遽、中止又は講師や演題を変更とさせていただきますのでご了承下さい。



札幌徳洲会病院

医療講演

参加無料！
電話予約制！

午後
2時

《演題》

医療費について
～窓口負担を抑えるためには～

《講師》

医事課課長

柏木 真志保

午後
3時

《演題》

白内障・緑内障・黄斑変性症
について

《講師》

視能訓練士 副主任

吉安 謙太

日
時

5月26日(金)

要予約
参加人数
制限あり
(先着順)

会
場

厚別区民センター 2階 会議室A

住所: 厚別区厚別中央1条5丁目3-14

お問い合わせ

<地域広報室> 電話(直通): 011-890-1675 (担当: 金田)

◎講演日前日までにお電話にて予約してください。(TEL受付時間 平日13時～16時)

※緊急患者様等により急遽、中止又は講師や演題を変更とさせていただきますのでご了承下さい。