


すこやか倶楽部のご案内

R5.3月号

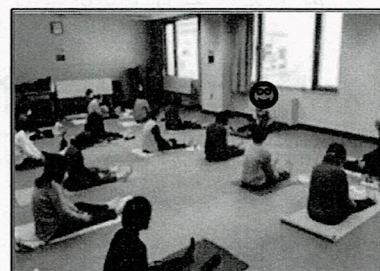


介護予防センターまえだでは、札幌市より委託を受け、運動や認知症予防、栄養・口腔・生活習慣病予防など、前田・稲積地区の65歳以上の方を対象に講座を開催しています。初めての方もお気軽にご参加下さい。お待ちしております♪

日時	会場	内容
4 / 6 (木) 10:00~11:00	手稲区民センター 2階 はまなす 前田1条11丁目	春の筋力アップ トレーニング (※切: 4 / 5)
4 / 10 (月) 10:00~11:00	稲積記念会館 前田5条5丁目	昭和の名曲～流行歌♪ 演奏: YMC2の皆様  (※切: 4 / 7)
4 / 20 (木) 10:00~11:00	前田会館 前田6条11丁目	チョコレートの 世界へようこそ 講師: 株式会社明治 コミュニケーション課 大沼 七海様 (※切: 4 / 13)
4 / 24 (月) 10:00~11:00	稲積記念会館 前田5条5丁目	ケンステップ ～プラスチック製の輪を軽やかにステップ～ (※切: 4 / 21)
4 / 27 (木) 10:00~11:00	前田中央会館 前田8条11丁目	楽しい脳トレと ストレッチ (タオルをご持参下さい) (※切: 4 / 26)

～2月すこやか倶楽部『リンパマッサージ』の風景～

今回よりチラシをリニューアル致しました。今後も教室の様子をご紹介しますね! このリンパマッサージの後は、足が驚くほど軽くなり、皆様笑顔でお帰りになりました ^^ /





前田ウォークラリーのご案内 (申込不要)

まえだ界隈を散策して・学んで、季節を感じませんか？体操も行います！

手稲つむぎの杜

前田2条10丁目

4月13日(木)14時～



前田公園ステージ

前田7条11丁目

4月18日(火)10時～



稲積公園

手稲いなづみ病院側 ベンチ付近

4月25日(火)10時～



・飲物持参、天候に合わせた服装で直接現地へ ・雨天中止、開催について迷う場合は、ご連絡を！

オンラインで体操しよう！

「スマイルフィットネス」

- ・参加される場合は、初回のみ開催日の2～3日前までお申込み下さい
- ・セラバンドを使った体操の他、脳トレや口腔体操等を行います

日時:①4月12日(水)

②4月26日(水)

各日10:00～11:00

※ご自宅にWi-F環境が無い方は、

都度通信費が発生します

(30分で300MB程度)

川柳コーナー

「好きな食べ物」



甘いもの ほどほどならと 手をのばす

母・私 孫まで続く リンゴ好き

定期的 みそラーメンが 食べたいね

蒲焼が ふあふあとりり 煮アナゴで

今月もご応募ありがとうございます。次回は、最近嬉しかったことです。3月23日までご応募ください。お待ちしております♪

LINEアプリのQRコードで読み取り、友達登録⇒トークでコメントして頂くと登録になります。その後は、申込が簡単になりますので、登録いただくと便利です♪

LINEで
繋がろう！



参加申込・ご相談はこちらへ

札幌市手稲区介護予防センターまえだ
手稲区前田2条10丁目1-7(手稲つむぎの杜内)

011-685-3141



吉田



高橋

ほくとくん防犯メール！

「キャッシュカード」をだまし取られる！

不審電話がきたら「#9110」に相談してください。

令和5年3月7日午後3時40分頃、札幌市手稲区手稲本町4条2丁目4番先路上において、男が女兒の後方を追隨する事案が発生しました。男の特徴は、年齢40～50代、身長175センチメートルくらい、黒色短髪、紺色上衣（白色三角形の模様入り）、黄緑色ズボン着用です。不審者に遭遇したら、安全な場所に避難してから110番通報をしてください。配信：手稲警察署

2月中、札幌市内のお宅に、警察官を名乗る者から「あなたの口座からお金が勝手に下ろされている」「キャッシュカードが使えないので回収に行く」などと電話がかかってきて、自宅を訪れた者にキャッシュカードをだまし取られる預貯金詐欺が発生しました。預貯金詐欺を防ぐためには、電話防犯機器が非常に有効です。また、詐欺被害防止のためにも北海道警察公式防犯アプリ「ほくとポリス」を活用しましょう。【配信～中央警察署】

現在、道内で電子マネーをだまし取る架空料金請求詐欺が多発しています。具体的な手口としては、パソコンウイルス除去費用、サイト登録料金、当選金の受け取り手数料などの名目があります。パソコンやスマートフォンをお使いの方は、不審な電話、メールやウイルスを装った広告に気をつけてください。電子マネーでお金を要求されたら詐欺です！北海道警察公式防犯アプリ「ほくとポリス」をダウンロードして活用しましょう。【配信～中央警察署】

手稲区内の住宅に、「毎日高額な現金を引き出せるカードを送付する」といった内容の手紙が届き、カードを送付する手数料と称して現金をだまし取り、ATMや銀行等で全く使用できない偽物のカードを送付するという詐欺事件が発生しました。身に覚えのない高額当選の手紙やメールは詐欺です。不審な手紙やメールが届いたら家族や警察相談専用ダイヤル「#9110」に相談してください。配信：手稲警察署

本日（3月20日）、道内の事業所に「セクハラ事案に関する提訴の通知」との件名で実在する弁護士を名乗る不審なFAXが複数送信されています。同FAXには、「和解金300万円を支払うのであれば提訴を取り下げるとの意向も示されています。原告代理人である当事務所の銀行口座までお振込みをお願いします。」などと書かれた上、振込口座や法律事務所名が記載されています。身に覚えのない請求には応じないようご注意ください。（配信：北海道警察本部生活安全企画課）

本日、道内の事業所に「【最終警告】損害賠償金お支払いのお願い」との件名で実在する弁護士を名乗る不審なFAXが複数送信されています。同FAXには、「貴社に対する金300万円の損害賠償請求が認められましたが令和5年3月22日現在お支払いいただけておりません。もし3月27日までに指定の口座まで支払いいただけない場合、同地裁に強制執行の申立を行わざるを得ません」などと書かれた上、振込口座や法律事務所名が記載されています。身に覚えのない請求には応じないようご注意ください。（配信：北海道警察本部生活安全企画課）

2023年3月29日

北海道警察本部生活安全企画課

稲積北だより

第272号

2023年4月1日(土)

発行 稲積北町内会

手稲区前田4条4丁目



思い出と希望を胸に！

卒業生44名 学び舎に別れ！

3月22日、第35回稲積小学校 卒業証書授与式が行われました。卒業生は、華やかな晴れ着姿、野球ユニホームなど様々なスタイルで保護者らに見守られるなか本間校長から一人ひとりに卒業証書が授与されました。本間校長から「稲積小学校で学んだこと思い出を胸に、これまで育ててくれた親への感謝の気持ちを忘れず希望に向かって歩いて下さい。」と式辞が贈られました。

在校生から「呼びかけと歌」、卒業生からは、6年間暖かく見守ってくれた保護者、在校生への感謝の言葉で応えていました。卒業生44名は、在校生、保護者らの暖かい拍手のなか、6年間の思い出と希望を胸に学び舎に別れを告げました。



華やかな晴れ着姿で卒業証書を受けとる卒業生

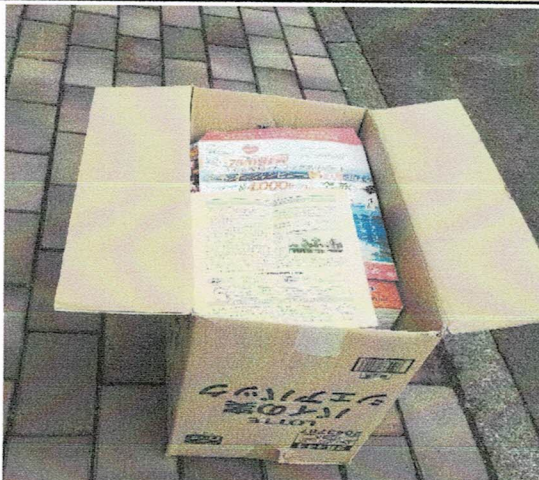


式辞を述べる本間 真理校長

古紙、段ボールなどの資源回収

ご協力ありがとうございました。

古紙、段ボール、ビンなど資源回収奨励金は53,300円でした。前年は、59,100円で年々減少している中、5年度から札幌市は、町内会支援策として回収量に応じた奨励金を1kg3円から4円に引き上げされます。雑紙は、段ボールに収納し、第4土曜日に玄関先にお出ください。



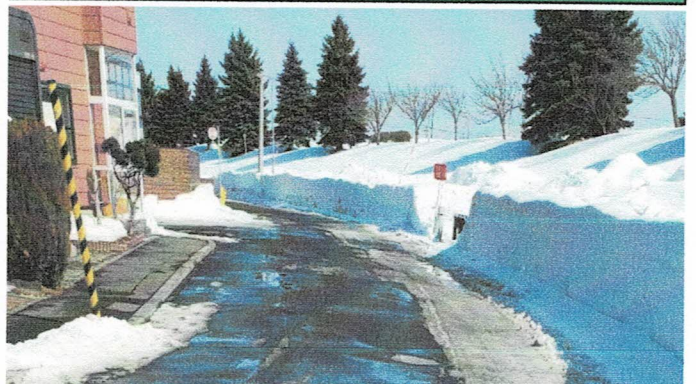
先箱雑紙には紙にお出納し、資源ですのので第4土曜日に段ボールに玄関

23年度 女性部長に佐藤さん

3月11日、女性部会で話し合いの結果、女性部長に佐藤さん(12班) 副部長には、工藤さん(15班)伊藤さん(1班)に決まりました。1年間よろしくご協力お願いします。井上女性部長

ホームページを開設しました。

パートナーシップ排雪 ご協力ありがとうございました！



2023年度 事業計画(案)

基本方針

稲積北町内会は、会員相互の親睦を図り、近隣との支え合いを大切に安全・安心で明るい町づくりを目指し、次の事業等を積極的に取り組みます。

1 総務部

- ① 「稲積北だより」「ほくとくん防犯メール」等回覧物の配布(月1回)
- ② 胃がん大腸がん検診申込集約・問診票配布 9月
- ③ ホームページの公開「稲積北だより」「ほくとくん防犯メール」「すこやか倶楽部」等各種案内(月1回)その他「緊急時等のお知らせ」
- ④ 役員、班長へ通知文の配布、役員、総会の会場設定

2 環境部

- ① ごみステーションの巡回・点検、管理 (通年)
- ② ごみ当番表の作成、配布 4月
- ③ 町内一斉清掃、中の川河川緑地及びわらび川側溝 清掃 5月
- ④ 中の川河川緑地帯清掃及びわらび川側溝 清掃 10月
- ⑤ 町内排雪「排雪日お知らせ号外」作成配布 2月
- ⑥ 環境美化(雑草刈り等)
- ⑦ 富丘交差点(5条4丁目)花壇の給水、植え付け等

3 厚生部

- ① 日帰り旅行 7月
- ② 親睦焼肉大会 9月
- ③ 親睦新年会 1月

4 交通防犯部

- ① 防災訓練・研修会 9月
- ② 街路灯巡回故障点検 通年
- ③ 稲積小学校スクールゾーン実行委員会 6月・12月
- ④ 手稲区役所主催 各種研修会の参加

5 青少年部

- ① 夏休みラジオ体操(いなづみ児童会館前) 7月～8月
- ② 子供クリスマス会 稲積記念会館 12月

6 福祉部

- ① 役員、班長等災害等共済加入手続き 4月
- ② 敬老対象者（75歳以上）お祝い商品券配布 9月
- ③ 前田地区福祉のまち推進センター主催
 - ・一人暮らし高齢者（65歳以上）日帰り旅行 7月
 - ・一人暮らし高齢者（65歳以上）お食事交流会 10月

7 会計部

- ① 一般会計収支決算報告書、収入、支出内訳書作成
- ② 会費集約、会費銀行振り込み
- ③ 普通預金通帳の管理、記帳及び入金票随時作成
- ④ 一般会計収支決算中間報告（役員会・班長会議）
- ⑤ 定期総会：収支決算報告及び予算案提案

8 女性部

- ① 町内会役員会（部長）
- ② 稲積連合町内会女性部役員会（部長） 5月
- ③ 交通安全稲積母の会 交通啓発 コープさっぽろ新発寒店 7月
 - *春、夏、秋、冬
- ④ 前田連絡協、稲積連合町内会 女性部研修会（女性部参加応募）
- ⑤ すこやか倶楽部 サポート 1名協力（第2・第4月曜日）

9 その他

- ① がん検診 3月
 - ・回覧板により検診希望者 案内 「北海道対がん協会」
- ② 稲積小学校 5条6丁目（セブンイレブン交差点）交通指導（夏・冬除く）
 - ・登校 7時45分～8時25分・下校 14時10分～14時30分

稲積北町内会自主防災会会則

(名称)

第1条 この会は、稲積北町内会自主防災会（以下「本会」という。）と称する。

(事務所の所在地)

第2条 本会の事務所は、本部長宅に置く。

(目的)

第3条 本会は住民の隣保協同の精神に基づく自主的な防災活動を行うことにより、地震、水害、その他の災害（以下地震などという。）による被害の防止と軽減を図ることを目的とする。

(事業)

第4条 本会は前条の目的を達成するために、次の事業を行う。

(ア) 防災に関する知識の普及

(イ) 地震などに対する予防

(ウ) 地震などの発生時における情報収集・伝達、避難誘導、初期消火などの応急対策

(エ) 前号に関する訓練

(オ) 資機材などの整備

(カ) その他本会の目的を達成するために必要な事項。

(会員)

第5条 本会は、稲積北町内会（以下「町内会」という。）に加入する世帯をもって構成する。

(役員)

第6条 本会に次の役員を置く。

(ア) 会長 1名

(イ) 副会長 2名

2. 会長、副会長は町内会の会長、副会長をもって充てる。

3. 役員任期は1年とする。ただし、再任することができる。

(役員の仕事)

第7条 役員の仕事は次の通りとする。

(ア) 会長は、本会を代表し、会務を統括する。

(イ) 副会長は、会長を補佐し、本会運営についての総合的職務を行うとともに有事においては防災部長を勤め、現場の直接指揮にあたる。

(自主防災活動組織)

第8条 自主防災活動に関する活動組織は、別表の通りとする。

(会議及び役員会)

第9条 本会は、町内会の定期総会と同時に開催する。

2. 役員会は、会長が招集する。

3. 会長は、必要に応じ役員会に、役員以外の者の出席を求めることができる。

(防災計画)

第10条 本会は第4条に定める事業を実施するための防災計画を作成する。

(会費等)

第11条 本会の会費及び運営に要する経費は、町内会会費をもって充てる。

(その他)

第12条 この会則に定めのない事項については、役員会で協議して定める。

付則 この会則は、平成16年4月4日から実施する。

平成29年4月9日 改正

別表

役員・班長	災害時の役割		平常時の役割	
会長	本部長	○災害活動などの指揮調整	<ul style="list-style-type: none"> ●防災関係機関との連絡調整 ●任務分担、連絡網の作成 ●研修会の開催 ●防災訓練の実施 ●その他防災に関すること 	
副会長	副本部長	○本部長の補佐等		
	総務統括	○避難所自主運営と連絡調整 ○会員安否の確認		
		防災統括		○各部長(班)班長へ指示、避難所名簿記載の確認等
環境部長 総務部長	活動班	情報連絡班	○災害・被害状況把握	<ul style="list-style-type: none"> ●危険箇所の把握 ●避難先の把握
交通防犯部長 福祉部長		救出救護班	○人命救助 ○負傷者の応急手当	<ul style="list-style-type: none"> ●防災資機材の点検 ●要介護者の把握
厚生部長 厚生副部長		避難誘導班	○避難経路の安全確認 ○避難誘導	<ul style="list-style-type: none"> ●避難所の周知 ・稲積中学校
女性部長 総務副部長		給食給水班	○水の確保、炊き出し	<ul style="list-style-type: none"> ●給水場所の把握
会計部長 青少年部長		物資調達班	○救援物資の調達 ○救援物資の配布	<ul style="list-style-type: none"> ●備蓄物の点検
各班長		避難誘導等	○各部長を補佐、災害の任務にあたる。班の会員安否の確認	<ul style="list-style-type: none"> ●災害時要支援者の把握