

雪かきチョボラ・雪遊びチャレンジ



「雪」を楽しみ、体力を向上させ、地域の役に立ちましょう。

札幌は、冬の間雪に覆われるため、どうしても家にこもりがちになります。健やかな成長のために、「雪」を楽しみ、体力を向上させ、地域のために体を動かしましょう。

雪かきの運動量はどのくらい？

例) 体重 40 kgの人が100kcalを消費するには…雪かき 25 分間（2,500m のジョギングに相当）
30 分間の雪かきは、30 分間卓球や野球をプレーすることと同じくらいの運動量です。

雪かきチョボラ・雪遊びチャレンジの実施内容について

1 主 催 札幌市教育委員会教育課程担当課

児童生徒の皆さん、自分の体力向上と地域のために、仲間と一緒に汗をかいてみませんか

2 対 象 【雪かきチョボラ】小学校4年生～高校生
【雪遊びチャレンジ】小学校1～3年生児童

3 期 間 令和5年12月1日（金）から令和6年2月18日（日）まで

4 内 容 学年ごとに設けられたチャレンジ時間以上の雪かき（雪遊びチャレンジは、雪遊び、スキー、スケート、雪かき等）を、期間内に10回以上行くと、ゴール到達者として認定されます。※チャレンジ記録用紙に記入し、学校に提出してください。

1回のチャレンジ時間 小学生1～6年生 20分以上
中学生・高校生 30分以上

5 場 所 自宅や自宅周辺の集合玄関前や、高齢者の住宅、ごみステーション、消火栓の周辺など公共性が高く、かつ、雪かきが必要、及び雪遊びが可能な場所

6 賞

賞名	対象	贈呈品
学校賞	在籍数のうち雪かきチョボラ到達者の割合が最も高い学校（小学校2校（含義務教育学校）、中学校1校（含中等教育学校）、高等学校1校）	○賞状 ○プロスポネット賞（※）としてサイン入スコップ全4チーム分
団体賞	中学校、義務教育学校、高等学校、中等教育学校において、部活動や有志のグループなど。各部活動で連携し、生徒会で企画したいとしてもいいですね！	○感謝状 ○団体賞のうち、3チームにプロスポネット賞（※）として、サイン入色紙全4チーム分
個人賞	4の内容を満たしたゴール達成者の全てが対象	○シール付き認定書

※【プロスポネットSAPORO】…北海道日本ハムファイターズ、北海道コンサドーレ札幌、レバンガ北海道、エスポラーダ北海道、札幌市が連携し、「スポーツを通じたまちづくり」を目指すという趣旨で設立。

7 安 全 ☆保護者の皆様には、子どもたちの安全面や健康面への配慮をお願いいたします。特に交通量の多い場所での雪かきは避けるとともに、公共の場所での雪かきを行う場合は安全等に十分留意してください。その場合は、できるだけ保護者の方が付き添ってください。

☆除雪車が作業している時は、絶対に雪かきを行わないでください。

☆雪かきは、近隣の方や通行する方の迷惑にならないように行ってください。

☆公共の場所で雪かきをする場合は、雪は地域で決められた場所に捨ててください。

☆雪かきの用具は、家庭のものを使用してください。

☆この取組は自由参加です。体調が思わしくなかったり、雪かきが難しい生活環境であったりする場合などは、参加する必要はありません。

ゆき 雪かきチョボラ (ちょっとしたボランティア) きろくようし 記録用紙 ❄️

_____ 学校 _____ 年 _____ 組 名前 _____

「雪」で家族や地域の人を助けよう！



1、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

2、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

3、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

4、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

5、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

6、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

7、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

8、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

9、

__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

10、

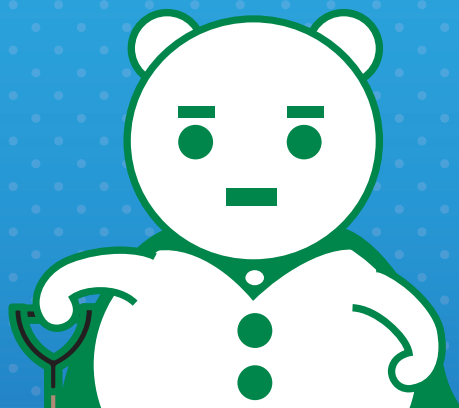
__月__日
__分間

雪かきした場所

おうちの方のサイン

【取り組み方】

- ① 2月18日までの間に10回チャレンジしましょう。10回がんばった人には認定書にんていしょがおくられます！
- ② 1回の雪かきチョボラ時間じかんの目安めやすは、小学4～6年生は20分以上、中学生・高校生は30分以上です。
- ③ 雪かきをする場所ばしょは、自宅じたくや高齢者の住宅こうれいしや、近所のごみステーションまわの周りなどみんなが使う場所ばしょです。
- ④ できるだけおうちの方といっしょに、安全に楽しく雪かきにチャレンジしましょう！
- ⑤ 終わったらこの用紙ようしに記入きいゆうし、おうちの方にサインをしてもらいましょう。



除雪用具 お貸しします

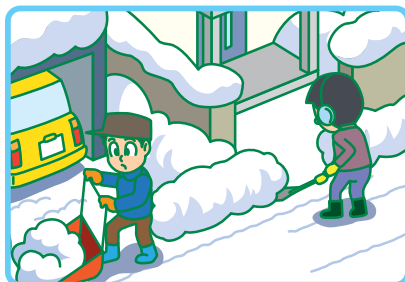
札幌市では、市民・学校・企業等と行政との協働による除排雪を推進し、地域で行う除雪ボランティア活動の支援として、活動に使用する除雪用具の貸出を行っています。

■貸出の対象となる除雪ボランティア活動

道路およびその周辺において、地域の方々のために行う除雪ボランティア活動（以下のよう活動）が対象となります。



道路の除雪



個人宅の間口除雪



消火栓やごみステーション
周辺の除雪



**除雪ボランティア活動に使用する
用具（スコップ、スノーダンプ、そり等）を
お貸しします**

（活動内容や用具の種類によってはお貸しできない場合があります。）

- **貸出の対象となる方** 札幌市内の町内会、学校、企業、NPOなどの団体（※1）
（個人の方は対象ではありません）
- **貸出の期間** 貸出の日から1年間（更新可・初回は翌年度の5月末日まで）（※2）
- **貸出料** 無償（※3）

（※1）他の制度（福祉除雪等）で使用される場合、その他条件によっては貸出の対象とならないことがあります。
団体の代表者は成人に限ります。

（※2）毎年、再申請により用具借用の期間を更新することができます。また、用具の使用状況によっては、貸出期間中であっても貸出を取り消させていただく場合があります。

（※3）用具を破損または紛失した場合、これに係る損害を補償していただくことがあります。

■お申込み方法

- 用具の借用を希望される方は、借用申請書を各区の土木センターに提出していただきます。

〔申請書の様式は、札幌市雪対策室（札幌市役所本庁舎8階）、各区の土木センターで配布しています。〕

用具の借用にあたっては、次のことを決めていただきます。

- ・ 活動の内容、活動人数および回数（予定数）
- ・ 用具を保管する場所
- ・ 用具の種類および数量
- ・ 連絡担当者（氏名）
- ・ 借用の期間

■決定の通知、および用具の貸出

- 申請いただいた内容を審査の上、承認または不承認の決定通知書をお渡しします。
- 貸出の承認後、用具をお貸しします。

■活動の報告

- 翌年度の5月末日までに、活動報告書を各区の土木センターに提出していただきます。

■用具の返却

- 用具が不要になりましたら返却してください。

〔用具の借用期間（1年間）を更新して引き続き借用を希望される場合は、活動報告書とともに借用申請書の再提出が必要となります。〕

お問い合わせ先

お申込みや内容等については、お住まいの区の土木センター（土木部維持管理課）までお問い合わせください。

各区土木センター（土木部維持管理課）			
中央区	電話：614-5800	豊平区	電話：851-1681
北区	電話：771-4211	清田区	電話：888-2800
東区	電話：781-3521	南区	電話：581-3811
白石区	電話：864-8125	西区	電話：667-3201
厚別区	電話：897-3800	手稲区	電話：681-4011