



東区マスコットキャラクター「タッピー」

11月11日～12月10日

平成21年10月1日現在の人口・世帯数
 人口 254,800人(前月比-35)
 男 122,110人 女 132,690人
 世帯数 118,785世帯(前月比+5)

東区内の主な施設

東区役所関係

東区役所 ☎741-2400
 〒065-8612 北11条東7丁目
 東区土木センター ☎781-3521
 〒065-0033 北33条東18丁目
 東保健センター ☎711-3211
 〒065-0010 北10条東7丁目

まちづくりセンター

鉄東 ☎721-3105
 〒060-0909 北9条東5丁目
 北光 ☎721-1271
 〒065-0018 北18条東5丁目
 北栄 ☎721-6336
 〒065-0025 北25条東7丁目
 栄西 ☎752-9536
 〒007-0842 北42条東4丁目
 栄東 ☎711-2203
 〒007-0841 北41条東14丁目
 元町 ☎781-5375
 〒065-0020 北20条東20丁目
 伏古本町 ☎784-5534
 〒007-0863 伏古3条3丁目
 丘珠 ☎781-4283
 〒007-0880 丘珠町183-2
 札苗 ☎783-3608
 〒007-0807 東苗穂7条2丁目
 苗穂東 ☎742-4427
 〒065-0043 苗穂町3丁目

区民・地区センター

東区民センター ☎742-5500
 〒065-0011 北11条東7丁目
 ふしこ地区センター ☎785-6323
 〒007-0871 伏古11条3丁目
 栄地区センター ☎704-6005
 〒007-0836 北36条東8丁目
 苗穂・本町地区センター ☎784-7833
 〒065-0042 本町2条7丁目

その他の施設

東清掃事務所 ☎781-6653
 〒007-0880 丘珠町873-1
 元町図書館 ☎784-0841
 〒065-0030 北30条東16丁目
 東区体育館 ☎751-5250
 〒065-0027 北27条東14丁目
 東区社会福祉協議会 ☎741-6440
 〒065-0011 北11条東7丁目(東区民センター内)
 つどーむ(札幌市スポーツ交流施設) ☎784-2106
 〒065-0852 栄町885-1
 ちあふる・ひがし(東区保育・子育て支援センター)
 〒065-0007 北9条東7丁目 ☎711-7807

東区役所から

ロビーコンサート



東区民センターロビーで、音楽鑑賞をしてみませんか。
日時11月16日(月)午後0時15分～0時45分。
会場東区民センター1階ロビー。

出演後藤ちしお(声楽)、矢崎有佳(ピアノ)。
曲目メンデルスゾーン「歌の翼に」ほか。
費用・申込無料。当日、直接会場にお越しください。

詳細地域振興課まちづくり調整担当

東保健センターから

胃がん・大腸がん検診

日時11月16日(月)午前8時45分～10時。
会場東保健センター。
対象東区にお住まいの40歳以上の方。
費用胃がん700円、大腸がん400円(70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者、生活保護受給世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯の方は無料。各種証明書をお持ちください)。

申込11月11日(水)までに電話または直接窓口で申し込み。
その他11月11日(水)までに東保健センターで受診票などをお受け取りください。なお、胃

がん検診は検診車においてバリウムを用いたX線撮影、大腸がん検診は採便セットを使用した便潜血検査となります。

大人のための歯みがき教室 ～歯周病をしっかりと予防～

日ごろの歯磨きを見直して、歯周病予防を習慣にしましょう。教室では歯磨き圧チェックなどの実習、参加者には3カ月、1年後に「歯と口の健康通信」を郵送します。
日時11月30日(月)午後1時30分～3時。

会場東保健センター
対象東区にお住まいで自分の歯がある方。

定員・費用20人。無料。

申込11月13日(金)から電話で申し込み(先着順)。

詳細健康・子ども課健やか推進係

札幌市東区住民集団健康診査【詳細】東保健センター

実施内容は、特定健康診査(40歳以上74歳以下の札幌市民で受診券をお持ちの方)、後期高齢者健康診査(原則75歳以上で受診券をお持ちの方)、生活保護受給世帯・支援給付世帯の健康診査、胸部X線検査(40歳以上)、肝炎ウイルス検査、健康相談(15歳以上39歳以下)です。実施内容の詳細や注意事項は、広報さっぽろ6月号(東区版5ページ)をご覧ください。東保健センターにお問い合わせください。なお駐車場が大変混雑していますので、できるだけ公共交通機関のご利用をお願いします。

下記日程が平成21年度の東区の最終健診となります。

月	日	曜	会場	受付時間
11	20	金	東区民センター(北11条東7丁目)	午前9時30分～11時

もうすぐ冬がやってきます…備えは大丈夫ですか？

- 庭木の雪囲いなど、この季節は屋外での作業が多くなります。家を空けるときは、短時間でも戸締りをお忘れなく。はしごや屋根に上る際もご注意ください。
 - 日暮れ時、周囲は思ったより暗くなっているものです。自動車・自転車は早めのライト点灯をお願いします。歩行者の方は靴に夜光反射材を張ったり、明るい色の服を着るなど、暗い場所でも目立つ服装を心掛けましょう。
 - 自転車の片手運転は危険です。寒いときは手をポケットに入れず、手袋をはめて運転しましょう。
 - 自動車の冬タイヤは早めに履き替えましょう。
- 東区「安心安全なまち」連絡協議会・東区役所・東警察署・東区交通安全運動推進委員会



区役所・区民センター、保健センターの駐車場が大変混雑しています。お越しの際は、できるだけ公共交通機関のご利用をお願いします。