

北保健センターのおすすめランチ

3月17日(月)～23日(日) 11時～14時

札幌サンプラザレストラン(北24西5)《900円(税込み)》

- メニュー 鶏肉の治部煮、岩のり茶碗蒸し、かつおたたきサラダ、ご飯、みそ汁(野菜使用量125g、エネルギー619kcal)
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

北区民健康づくり講演会

3月20日(木) 14時～15時 北保健センター2階講堂《無料》

- テーマ 加齢による難聴について
- 講師 平尾 元康氏(ひらお耳鼻咽喉科クリニック院長)
- 対象 区内にお住まいの方
- 申込 当日、直接会場へ
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



子育て情報

赤ちゃんといっしょ

4月2日(水) 13時30分～15時30分〔受け付けは13時から〕

北区民センター3階児童室《無料》

- 日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てにかかわる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。また、母親教室に参加している妊婦さんたちとの交流もあります。
- 対象 生後1～3カ月の初めてのお子さんとお母さん(参加は1回に限ります)
 - 申込 当日、直接会場へ
 - 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



絵本のリサイクル

〈回収期間〉 3月11日(火)～14日(金) 8時45分～17時15分

〈回収場所〉 北保健センター2階(⑤窓口) 健康・子ども課子育て支援係

- ご家庭で使わなくなった絵本を集めています。お譲りいただいた絵本は、乳幼児期から絵本に親しむ環境づくりを進めるために、保育所や子育てサロンなどで活用させていただきます。
- 絵本の種類 乳幼児向け絵本(汚れや破損のないもの)
 - ※図鑑・月刊誌などは対象外です
 - 詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎757-2566



建設局河川管理課から

川への雪捨て、近づくことはやめましょう

川に雪を捨てると、水の流れが悪くなり、川があふれる原因になります。川に雪を捨てないでください。また、川の周辺の雪や氷は崩れやすく危険ですので、近づかないでください。

- 詳細 建設局河川管理課 ☎818-3415

広告

情報プラザ

3/11(火)▶4/10(木)

北区役所(北24西6) ☎757-2400 〈代表番号〉

※北区役所の各課・係の電話番号は「きた1ページ」、各施設の所在地・電話番号は「きた8ページ」をご覧ください。



区役所からのお知らせ

住所変更などの届け出窓口臨時延長

3月26日(水)～28日(金)、3月31日(月)～4月2日(水)

17時15分～19時

窓口の混雑緩和のため、住所変更などの区役所の受付時間を延長します。本誌31ページも併せてご覧ください

- 延長業務 転入届、転出届、住民票・印鑑証明などの証明書発行、印鑑登録、戸籍届など

- 詳細 市コールセンター ☎222-4894

公共交通機関のご利用を

例年3月下旬～4月上旬は、北区役所への来庁者が集中し、駐車場が混雑します。公共交通機関をご利用ください。※北区公式ホームページから区役所駐車場の混雑状況が確認できます。下記のURLまたはQRコードからご覧ください(スマートフォン・携帯電話でもご利用になれます。通信料・パケット通信料はご利用者の負担となります)。

URL <http://www.city.sapporo.jp/kitaku/shisetsu/kuyakusho/parking.html>

QRコード



- 詳細 総務企画課庶務係 ☎757-2403



北保健センターから

胃がん・大腸がん検診(予約制)

3月28日(金) 9時～10時

北区民センター《胃がん700円/大腸がん400円》両方の受診可

- 対象・定員 区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方・先着50人
- 70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方は費用が免除されますので、保険証や生活保護受給証明書、課税証明書などの証明できる書類をお持ちください
- 検査日の1週間前までに、北保健センターに検査セットを取りにお越しください
- 申込・詳細 3月20日(木)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181