


保健センターから

北保健センターのおすすめランチ

1月19日(月)～25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)》

- メニュー ブリの大根ステーキ、ミネストローネ、豚肉と白菜のバターポン酢、サラダ、ご飯(野菜使用量166g、エネルギー637kcal)
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

あったか料理で交流会～あなたの心と体をぽかぽかに《無料》

1月23日(金) 10時～12時 
麻生地区会館2階集会室 (北39西5)

- あったか料理の試食や大人も楽しめる絵本の読み聞かせ、冬の転倒防止ストレッチで体を温めながら交流を深めます。
- 対象・定員 市内にお住まいの方、先着30人
 - 申込・詳細 1月5日(月)～16日(金)に健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

胃がん・大腸がん検診(予約制)

1月23日(金) 9時～10時 《胃がん700円/大腸がん400円》両方の受診可
札幌サンプラザ1階ふれあい広場(受け付け)(北24西5)

- 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、支援給付世帯の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 1月16日(金)までに健康・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《無料》

2月5日(木) 14時～15時35分 [受け付けは13時30分から]
札幌サンプラザ3階就業サポートセンターセミナー室(北24西5)

- 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

父親教室《無料》

2月6日(金) 18時30分～20時30分
札幌サンプラザ3階柏の間(北24西5)

- 内容 赤ちゃんの入浴・着せ替え体験や妊婦疑似体験
- 対象・定員 初めてお父さん、お母さんになる方・先着40組
- 申込・詳細 1月23日(金)～2月4日(水)に健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



北区役所
北24西6 ☎757-2400(代表)
※北区役所の各課・係の電話番号は「きた1」ページをご覧ください

区役所から

選挙クイズ～みんなですすめよう明るい選挙

□?□ に当てはまるものをそれぞれ(ア)～(ウ)から選んでください

- ①最高裁判所裁判官国民審査の期日前投票は □?□ 前から。
(ア) 11日 (イ) 7日 (ウ) 3日
- ②明るい選挙の推進イメージキャラクターの名前は □?□ くん。
(ア) めいすい (イ) とうひょう (ウ) せんきよ

- 応募方法 はがきに解答と郵便番号、住所、氏名、年齢を明記して、1月30日(金)(消印有効)までに〒001-8612 北区役所内「北区明るい選挙推進協会」へ送付してください
- 当選発表 正解者の中から抽選で10人の方に図書カード(500円分)を贈呈します(当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます)
- 詳細 北区明るい選挙推進協会・北区選挙管理委員会 ☎757-2404



国民健康保険情報

国民健康保険料 休日・夜間納付相談

1月25日(日) 10時～15時
1月26日(月)～28日(水) 17時15分～19時30分
北区役所1階①窓口(北玄関(休日夜間通用口))をご利用ください

- 必要書類 国民健康保険料納付通知書、印鑑、現在の収入が分かるもの(給与明細など)、納付が困難なことを証明するもの(返済の予定表、請求書など)
- 詳細 保険年金課収納一・二係 ☎757-2493

北部市税事務所から

市税 夜間納税相談

1月15日(木)、22日(木)、29日(木)、2月5日(木) 17時15分～20時
北部市税事務所(中央区北4西5 アスティ45 9階)

- 毎週木曜日(祝日を除く)に、夜間納税相談を行っています。ご利用ください。
- 詳細 北部市税事務所納税課納税係 ☎207-3913

建設局から

富丘通の一部区間が開通します

- 1月15日(木)14時に、富丘通の一部区間が開通します。開通区間は①新川通から稲積7号線の間と②稲積34号線から下手稲通の間の2カ所です。
- 詳細 建設局工事課 ☎211-2623

