



親睦の花

撮影日 2015.5.27
撮影場所 新琴似西公園
(新琴似8条14丁目)

写真・文 ^{たかはし ゆきお} 高橋 征男 さん

みんなの花を思う気持ちが一つになって、今年もきれいな花が咲きました。お祭りなど地域の「親睦」の場となっているこの公園は、住民のまちづくり活動を、いつも見守ってくれています。

この作品は北区役所1階および北区ホームページ「みてきて北区」にてカラーで公開しています。

北区の写真 ☆ 募集中！

こちらには、皆さんからご応募いただいた作品「北区の街・人・風景」を掲載しています。詳細は、北区ホームページもしくは総務企画課広聴係まで。お気軽にご応募ください！

北区 HP「みてきて北区」

<http://www.city.sapporo.jp/kitaku/>

Eメール

ki.somu@city.sapporo.jp

編集：北区市民部総務企画課広聴係

〒001-8612 北区北24条西6丁目 ☎ 757-2503 FAX 757-2401

北区の人口と世帯数

人口 285,238人（-622）

2016年4月1日現在（前月比）

世帯数 133,726世帯（-135）

北区役所・北区関連施設お問い合わせ先

係【窓口番号】	電話番号	係【窓口番号】	電話番号	係【窓口番号】	電話番号	出張所・まちづくりセンター	電話番号	
北区役所（北24西6）	(代表) 757-2400	福祉支援一・二係【21】	757-2464	保護二課	保護一係	757-2528	屯田（屯田5-6）	772-1260
市民部		保健支援係【23】	757-2465		保護二係	757-2529	麻生（北39西5）	757-5810
		相談担当【21】	757-2509		保護三係	757-2527	太平百合が原（太平8-7）	771-9180
総務企画課		健康・子ども課（北保健センター 北25西6）			保護四係	757-2530	拓北・あいの里（あいの里1-6）	778-2355
庶務係【33】	757-2403	保健予防係	757-1185	保護四課	保護一係	757-2531	北区関係公的機関	電話番号
地域安全担当【33】		健やか推進係	757-1181		保護二係	757-2532	北部市税事務所	207-3912
選挙係【32】	757-2404	家庭児童相談室	757-1182		保護三係	757-2535	(中央区北4西5アスティ45 9階)	
広聴係【17】	757-2503	子ども家庭福祉係	757-2563	保険年金課		北清掃事務所（屯田町990）	772-5353	
戸籍住民課		母子・婦人相談員	757-2564	給付係【10】	757-2491	北消防署（北24西8）	737-2100	
戸籍係【7】	757-2415	子育て支援担当	757-2566	保険係【9】	757-2492	北部水道センター（新琴似6-2）		
住民記録係【3】【5】	757-2412	生活衛生係	757-1183	収納一・二係【11】	757-2493	北部料金課	762-7200	
地域振興課【31】	757-2407	生活保護【27】【28】【29】		年金係【8】	757-2495	北部配水管理課	762-7300	
土木部（北区土木センター 太平12-2）		相談担当	757-2517	出張所・まちづくりセンター	電話番号	北区社会福祉協議会	757-2482	
維持管理課	771-4211	保護一係	757-2513	篠路【篠路出張所】（篠路4-7）	771-2231	(北24西6北区役所1階)		
保健福祉部		保護二係	757-2514	鉄西（北10西4）	726-5285	北老人福祉センター（北39西5）	757-1000	
保健福祉課		保護三係	757-2516	幌北（北17西5）	726-6345	北区保育・子育て支援センター	757-5380	
地域福祉係【25】	757-2470	保護一係	757-2519	北（北29西7）	726-4385	【ちあふる・きた】（北25西3）		
活動推進担当【25】		保護二係	757-2523	新川（新川11-4）	762-2604			
福祉助成係【24】		757-2462	保護三係	757-2524	新琴似（新琴似7-4）	761-4205		
給付事務係【22】	757-2463	保護四係	757-2554	新琴似西（新琴似7-14）	762-8767			

気軽に！楽しく！健康づくり ウォーキングのススメ

特別な道具や場所がなくても、気軽に始められるウォーキング。暖かくなり外出もより楽しくなるこの季節に、あなたもウォーキングを始めてみませんか？

＜ウォーキングなど健康づくりに関する問い合わせ＞
健康・子ども課健やか推進係 ☎ 757-1181



ウォーキングで心も体も健康に！

運動の必要性を認識しよう

日ごろから意識的に運動をしている人の割合が全国平均と比べて低い札幌。意識的に運動する機会をつくらなければ運動不足となり、肥満や生活習慣病などさまざまな病気を誘発する危険性があります。そこで札幌市では、健康づくりの基本計画である「健康さっぽろ21（第二次）」に基づき、運動習慣を身に付けてもらうため、誰でも気軽に取り組めるウォーキングを推進しています。

意識的に運動している人の割合 (15歳以上)

	札幌市平均	全国平均
男	48.7%	58.7%
女	47.7%	60.5%

「健康さっぽろ21（第二次）」より

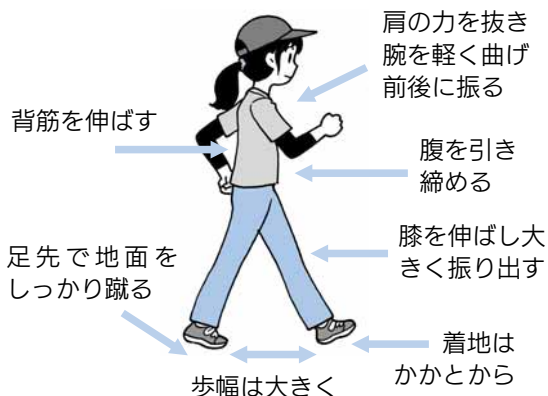
ウォーキングの効果

メタボリックシンドロームや生活習慣病・骨粗しょう症の予防、筋力・体力の向上、脳の活性化、ストレス解消

さあ、歩いてみよう！

☑ 正しい姿勢で歩きましょう

正しい姿勢で歩くことで、運動の効果を高め、膝や腰など体への負担も軽減できます



！ 注意点

- ・ 季節や天候、体調に注意する
- ・ 小まめに水分補給をする
- ・ 持病をお持ちの方は、あらかじめ医師に相談する

☑ 歩く前後にストレッチをしましょう

ウォーキング中のけがや翌日の筋肉痛を防ぐため、歩く前にストレッチをしましょう。ウォーキングの後にも忘れずに！

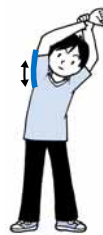
背伸び

手を組んで頭上に上げ、体をゆっくり引き上げる



体側

両手を上げ一方の手首をつかみ、腕を引っ張りながら脇を伸ばす



胸

手を後ろで組み、胸を開く



アキレス腱・ふくらはぎ

後ろ足のかかとをつけたまま、前膝を曲げて体重を乗せる



ももの前・股関節

かかとを上げ深く腰を落とし、足の付け根からももを伸ばす



手首・足首

手首・足首をよく回す



ウォーキングをもっと楽しもう

地域のウォーキングイベントに参加してみよう

自宅近くを歩いたり、通勤時にいつもの駅の一つ前から歩いたり、気軽に始められるウォーキングですが、一人だとなかなか始められないという方もいるかもしれません。そんなときは、地域のウォーキングイベントに参加するのがおススメ！下の表でご紹介する以外にも、例年春から秋にかけて、各地域で同様のイベントが開催されます。詳細は、各まちづくりセンター（電話番号は「きた1」ページに掲載）へ。

行事名	あい～愛ウォーク	新川さくらフェスティバルウォーキング
日時	6/26(日) 8時～※	6/26(日) 9時～※
内容	5、10、20kmのコースの中から選択。拓北・あいの里地区や石狩川周辺の豊かな自然を楽しみながら歩きます	3つのスタート地点からゴールの新川記念会館（新川3-18）まで、新川さくら並木沿いを歩きます
申込	5/16(月)～6/16(木)に拓北・あいの里地区センターへ（電話申し込み不可） 費用：1500円（6/16(木)までに納入）	新川まちづくりセンターにお問い合わせください
詳細	拓北・あいの里地区センター（あいの里1-6） ☎ 778-8000	新川まちづくりセンター（新川1-4） ☎ 762-2604

※選択するコースにより集合時間が異なるため、詳細はお問い合わせください

ウォーキングを続ける秘訣は、楽しみながら歩くことです。地域の行事に参加して、参加者同士お話ししながら、楽しく歩くのがおススメです！



健康・子ども課
たのはた
保健師 田之畑職員

ウォーキングがもっと楽しくなるアイテム！

「北区ウォーキングマップ」を配布中

北区の歴史的建造物や文化遺産の中から選定された「北区歴史と文化の八十八選」の主な場所を巡ることができる「北区ウォーキングマップ」を配布しています。気軽に挑戦できる2.6kmのコースや、地域の魅力を存分に楽しめる9.3kmのコースなど6コースをご紹介します。マップを片手に、地域の歴史に思いをはせながら歩いてみませんか？

- 配布場所：北区役所1階17番窓口、北保健センター、篠路出張所、各まちづくりセンター、北区民センター
- ホームページでもご覧になれます

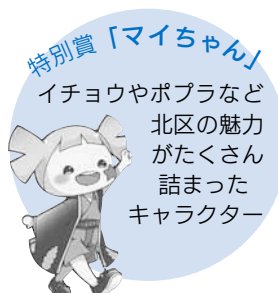
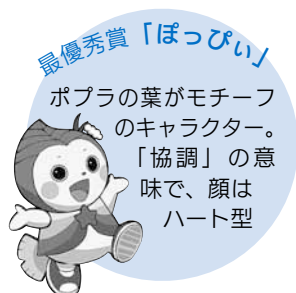


北区にウォーキングのキャラクターが誕生！

屯田防風林や安春川周辺などをコースとして、5月に開催される「市民交流ウォーキング大会」。同大会に親しみを持ってもらえるようにと、北海道芸術デザイン専門学校の生徒が、北区の自然や動物をモチーフにしたキャラクターをデザインしてくれました。約80点の応募の中から選ばれた3キャラクターは、今後、北保健センター主催行事などで、北区のウォーキングのキャラクターとして活躍する予定です。

※同大会の参加申し込みは終了しています

北区の皆さんに愛されるようなキャラクターになってほしいという思いでデザインしました



「ぼっぴい」をデザインした
すなだ 砂田
しおり 汐里さん

5/11(水)

6/10(金)

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」
ページをご覧ください

納付・納税相談

市税の納税相談

市税を納期限までに納付できない方は必ずご相談ください。
●ご相談の結果、分割納付をする場合には、申請書などの提出が必要となりますので、印鑑、収支状況が分かる書類(通帳、給与明細、各種領収書など)をご持参ください
●毎週木曜日(祝日を除く)17時15分~20時に、夜間納税相談を行っています。ご利用ください
●相談先・詳細 北部市税事務所納税課納税係(中央区北4西5 アスティ45 9階) ☎207-3913

保健センターから

北区食生活改善推進員養成講座《受講料無料・教材費1188円》

健康を維持し、生活習慣病を予防するための食生活の知識を学び、地域で食育を進めるボランティアを養成する講座です。

曜日	開催日	時間	場所
月曜	6月6日、13日、20日、 7月4日、11日	13時15分~16時15分	北保健センター2階講堂 ほか
木曜	6月30日	9時30分~13時30分	

●対象・定員 北区にお住まいで、講座終了後に食育ボランティアとして活動できる方・先着20人
●申込・詳細 5月16日(月)~27日(金)に健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

禁煙週間パネル展

5月28日(出)~6月1日(水) 9時~17時/北区民センターロビー

「世界禁煙デー」に合わせ、禁煙啓発のパネル展や啓発品の配布を行います。直接会場へお越しください。
■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

住民集団健康診査

種類	対象	費用
健康診査	40~74歳で札幌市国民健康保険に加入の方	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度に加入の方	
	生活保護世帯で40歳以上の方	無料
	支援給付世帯で40歳以上の方	
肺がん検診	40歳以上の方	無料(医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円)
肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料

●健康診査受診時には、受診券と健康保険証(生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、支援給付世帯の方は本人確認書)を必ず持参してください
●健康診査以外の検診は受診券は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものを持参してください
●当日、直接会場へお越しください

月日	実施時間	会場
5月19日(木)	9時30分~11時	篠路西部会館(篠路3-2)
	13時30分~15時	プラザ新琴似(新琴似7-4)
5月20日(金)	9時30分~11時30分	北区民センター(北25西6)
	13時30分~15時	
6月3日(金)	9時~11時	麻生地区会館(北39西5)
	13時30分~15時	
6月6日(月)	13時30分~15時	新琴似三和福祉会館(新琴似7-14)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

区民広報記者(小学生・中学生)の募集

広報さっぽろ「北区民のページ」の作成に参加してませんか。区内の行事などの取材や写真撮影、編集などを体験します。
●対象・定員 区内にお住まいが区内の学校に通う小学生(5、6年生)と中学生・各4人(定員超過時は抽選)
●活動時期 中学生は夏休み期間とその前後の土・日・祝日、小学生は冬休み期間とその前後の土・日・祝日
●申込・詳細 はがき・ファクス・Eメールで住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、学校名、学年を記入の上、6月24日(金)(必着)までに、総務企画課広報係(送付先は「きた1」ページをご覧ください。電話申し込み可) ☎757-2503

マイナンバーカード(個人番号カード)の受け取りについて

お申し込みいただいたマイナンバーカード(個人番号カード)については、順次受け取りの案内通知を発送していますが、非常に多くのお申し込みをいただいていること、また、作業に使用する国のネットワークシステムにたびたび障害が発生し、事前登録作業が進まないことから、受け取りの案内通知の発送に相当期間を要している状況です。大変ご迷惑をおかけしておりますが、ご理解とご協力をお願いします。
■詳細 戸籍住民課住民記録係 ☎757-2412

障がいのある方の地域の相談先《無料》

受付時間:月曜日~金曜日(祝・休日を除く) 9時~17時

障がいのある方や、そのご家族からのさまざまな相談をお受けします。

相談室	住所	連絡先
つぼみ	北26西3	☎ 299-7246 F 299-7240
ぼらりす	北21西5	☎ 757-1871 F 757-1872
らっく	北38西4	☎ 769-0981 F 214-0904

区分	相談員	連絡先	区分	相談員	連絡先
視覚	近藤	☎ 090-8705-2274	肢体	松田	☎・F 762-0791
	渡辺	F 757-1057		樫原	☎・F 762-0729
聴覚	本田	☎・F 761-2896		和崎	☎・F 771-8421
	内部	中山		☎・F 764-2824	後藤
知的	小島	☎ 080-4581-7642		高橋	☎・F 717-0920
	堀	☎ 080-4581-7643		☎…電話 F…ファクス	

■詳細 保健福祉課福祉支援係 ☎757-2464

自家製堆肥を使った家庭菜園講座《無料》

5月21日(出) 9時30分~11時30分/屯田地区センター(屯田5-6)

生ごみを使った自家製堆肥で安全・安心な野菜を作る方法を解説。また、プランターでの簡単な野菜の栽培方法も紹介します。参加者には堆肥化セットを無料進呈。
●定員 先着50人
●申込・詳細 電話、ファクス、Eメールで5月11日(水)~20日(金)に生ごみ堆肥化相談窓口(ファクス、Eメールの場合は日時、会場名、住所、氏名、電話番号を記入)
☎、FAX 621-5318(日曜、祝・休日を除く10時~16時)
Eメール kitagomi@alles.or.jp



胃がん・大腸がん検診（予約制）

5月27日(金) 9時～10時／北保健センター《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、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 5月20日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

北保健センターのおすすめランチ

5月16日(月)～22日(日) 11時～14時
札幌サンブラザレストラン（北24西5）《900円（税込）》

- メニュー 鶏胸肉と野菜の炒め物、アブラガレイと大根のピリ辛ソース、海藻サラダ、ナメコと豆腐のスープ、ご飯（野菜使用量145g、エネルギー578kcal）
- 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

子育て講座 アロハ～♪親子でハワイアンヨガ①《無料》

6月23日(木) 10時30分～11時15分／北区保育・子育て支援センター（ちあふる・きた）（北25西3）

- 対象・定員 区内にお住まいの就学前までのお子さんとその保護者・先着15組
- 申込・詳細 6月9日(木)10時から健康・子ども課子育て支援担当係 ☎757-2566

赤ちゃんといっしょ《無料》

5月11日(水)、6月1日(水) 13時30分～15時15分〔受け付けは13時から〕／北区民センター3階児童室

- 日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てに関わる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。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》

5月28日(土) 10時～12時〔受け付けは9時30分から〕／北保健センター2階講堂

- 内容 赤ちゃんの入浴・着せ替え体験や妊婦疑似体験
- 対象 初めてお父さん、お母さんになる方・先着40組
- 申込・詳細 5月13日(金)～27日(金)に健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

学校図書館地域開放校のお知らせ

学校の図書館を地域に開放しています。地域にお住まいの方であれば、学校に通うお子さまがいない方も、小さなお子さま連れの方も、どなたでも借りることができます。

学校名	住所	電話	開放曜日	開放時間
幌北小	北19西2	726-2461	火・木・金	13時～16時（11月～3月は15時30分まで）
新陽小	北27西14	756-1538		
新川中央小	新川13-3	761-1511	月・水・金	13時～16時（11月～3月は15時30分まで） 水曜日は9時30分～12時30分
北陽小	北31西9	716-1657		
新川小	新川5-15	762-1737		
新琴似小	新琴似7-3	761-3178		
新琴似西小	新琴似11-15	762-1127	月・火・木	12時45分～15時45分
屯田小	屯田7-6	771-3151	月・水・木	13時～16時
太平小	篠路1-2	771-1131	月・水・金	12時～15時（11月～3月は12時30分から）
篠路小	篠路4-9	771-2221	火・木・金	13時～16時（11月～3月は15時30分まで）
あいの里西小	あいの里2-3	778-2130	月・水・金	
拓北小	あいの里2-1	772-7035		13時～16時
鴻城小	あいの里3-6	770-5151	火・木・金	13時～16時（11月～3月は15時30分まで）
あいの里東小	あいの里3-7	778-2311	月・水・金	10時30分～13時30分

- 詳細 各開放校または教育委員会生涯学習推進課 ☎211-3872

区内各施設の講座など

※申し込みや内容の詳細、また掲載していない行事などについては各施設にお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	受付期間・備考
北区民センター（北25西6） ☎757-3511 FAX 717-1139 北区民センター <input type="button" value="検索"/>				
〔講座などの受け付け〕 ①電話・ファクス申し込み可 ②受付時間は9時～21時				
楽しみながら健康づくりシニア体操《全6回》	5/30～7/4の毎週月曜日 13時30分～15時	3000円 5/30までに納入	要申込 先着 30人	5/11(水)～30(月)
大人のための絵本講座	5/31(火) 10時30分～11時30分	無料	要申込 先着 20人	5/11(水)～30(月) 講座終了後、12時まで 茶話会あり
絵本読み聞かせ「つくしんぼ」	6/4(土) 11時～11時30分		直接会場 赤ちゃんから大人までどなたでも参加 できます	
美文字講座～大切な時こそ心を込めて手書き文字～《全4回》	6/13～7/4の毎週月曜日 13時30分～15時30分	3000円 6/13までに納入		5/11(水)～6/13(月)
みんなの茶の間オープンカレッジ ①笑う門には福来る！ ②金融・経済の基礎知識と危機管理	6/15(水) 13時30分～15時30分	無料	要申込 先着 各20人	5/11(水)～6/15(水)
介護サービスと高齢者施設～介護サービスとは何か？	6/18(土) 10時～11時30分		5/11(水)～6/18(土)	
屯田地区センター（屯田5-6） ☎772-1811 屯田地区センター <input type="button" value="検索"/>				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可（窓口申し込み優先） ②受付時間は9時～21時				
ケータイ教室 シニア向け安心・安全講座～タブレットコース～	6/3(金) 13時30分～15時30分	無料	要申込 先着 20人	5/11(水)～27(金)
女性のためのはじめてのピアノ～ベートーヴェンの喜びのうたを弾く《全5回》	6/11(土)、25(土)、7/9(土)、23(土)、 8/6(土) 9時～10時10分	申込時 3500円	要申込 先着 4人	5/11(水)～6/8(水) 電話申し込み不可
篠路コミュニティセンター（篠路3-8） ☎771-3700 篠路コミュニティセンター <input type="button" value="検索"/>				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 ②受付時間は9時～20時				
コミセンロビーコンサート	5/18(水) 13時30分～14時30分	無料	直接会場 お琴のサークルによる演奏	
コミセン日曜シネマ	5/22(日) 10時～12時		直接会場 [上映]「黄色いリボン」	
身近な曲から始めるクラシックギター講座《全8回》	5/25～7/13の毎週水曜日 18時～19時30分 (5/18(水)18時30分からオリエンテーション)	8000円 5/18までに納入	要申込 先着 10人	5/11(水)～18(水) 教材費含む
屋根と壁の安心セミナー	5/28(土) 10時～12時	無料	要申込 先着 30人	5/13(金)～25(水)
篠路シルバー水曜大学《全15回》	6/1～9/7の毎週水曜日 9時30分～11時30分	申込時 3000円 別途実費あり	要申込 先着 65人	5/18(水)～31(火) 電話申し込み不可
あいだけ なまば ぎょ 藍煙と生葉染め体験《全6回》	6/9(水)、23(水)、7/7(木)、21(木)、8/4 (木)、18(木) 9時～12時	2500円(教材費含む) 5/25までに納入	要申込 先着 5人	5/11(水)～25(水) ※6/9～8/4 藍煙管理、8/18生葉染め
太平百合が原地区センター（太平12-2） ☎770-6531 太平百合が原地区センター <input type="button" value="検索"/>				
〔講座などの受け付け〕 ①電話申し込み可 ②受付時間は9時～21時				
絵本読み聞かせ「ドリームランド」	5/20(金)、6/3(金) 10時～11時	無料	直接会場 紙芝居、手遊び、昔遊びなど	
パソコン講座（はじめてのワード）《全6回》	6/1(水)、2(木)、4(土)、8(水)、9(木)、11 (土) 10時～12時	3000円 5/27までに納入	要申込 先着 12人	5/20(金)～27(金) 教材費含む
春の百合が原フットパス	6/4(土) 9時30分～13時	600円 6/1までに納入	要申込 先着 各20人	5/24(火)～6/1(水) ※J R百合が原駅集合
たのしく陶芸	6/4(土) 13時～15時	800円 5/30までに納入	要申込 先着 各20人	5/23(月)～30(月) 教材費含む
パソコン講座（インターネット&Eメール）《全3回》	6/15(水)、16(木)、18(土) 6/22(水)、23(木)、25(土) 10時～12時	各1800円 6/10までに納入	要申込 先着 各12人	6/3(金)～10(金) 教材費含む
第6回 パークゴルフ大会	7/2(土) 8時～12時30分	600円 6/22までに納入	要申込 先着 150人	6/9(水)～22(水)

広告



表中の記号

申込時 = 申込時に納入
当日 = 当日に納入

直接会場 = 当日直接参加するもの
要申込 = 事前の申し込みが必要なもの

先着 = 先着順
抽選 = 多数時抽選

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	受付期間・備考
新琴似・新川地区センター (新琴似2-8) ☎765-5910 新琴似・新川地区センター 検索				
〔講座などの受け付け〕①電話申し込み可 ②受付時間は9時～21時				
新・新 春のほんわかコンサート	5/14(土) 13時30分から(開場13時)	無料	直接会場 地域の中学・高校の吹奏楽部による演奏	
小学生かけっこ塾《全2回》	5/15(日)、22(日) 10時～11時	〔当日〕600円	要申込 〔先着〕20人	5/11(水)から〔対象〕1～3年生
春の歌 大うたう会	5/17(火) 13時30分～14時30分	無料	直接会場 誰でも知っている春にちなんだ歌をアコーディオンの伴奏でみんなで歌います	
絵本読み聞かせ「おはなしたんと」	5/21(土) 11時～11時30分		直接会場	
初心者向け「旅行に役立つスペイン語会話」《全6回》	6/13～7/25の毎週月曜日(7/18を除く) 14時～15時	〔当日〕4800円	要申込 〔先着〕8人	5/25(水)から
拓北・あいの里地区センター (あいの里1-6) ☎778-8000 拓北・あいの里地区センター 検索				
〔講座などの受け付け〕①電話申し込み不可 ②受付時間は8時45分～17時15分				
おはなし会「ずくぼんじょ」	6/4(土) 14時～15時	無料	直接会場 〔対象〕小学校低学年以下	
世界の銘醸地を知るワイン教室《全4回》	7/2～30の毎週土曜日(7/9を除く) 17時30分～19時30分	申込時 5500円 教材費含む	要申込 〔先着〕15人	5/11(水)～31(火)
北区体育館 (新琴似8-2) ☎763-1522 北区体育館 検索				
〔休館〕5/23(月) / 〔対象〕16歳以上 / 〔65歳以上の方〕【 】内の金額(要証明) / 〔施設利用料〕毎回掛かります				
少人数制ウェープリングヨガ《全7回》	6/1～7/20の毎週水曜日(6/8を除く) 13時～14時	7640円	要申込 〔抽選〕8人	5/11(水)～15(日)
JAZZヒップホップキッズ(4歳～6歳)《全11回》	7/1～9/23の毎週金曜日(8/12、19を除く) 15時30分～16時30分	7010円	要申込 〔抽選〕20人	9時～20時 電話申し込み可 ※5/17(火)14時抽選後、 受講の可否要問い合わせ
働きざかり世代脂肪燃焼フィットネス《全11回》	7/2～9/17の毎週土曜日(8/13を除く) 13時～14時	各5890円 【各5300円】	要申込 〔抽選〕 各30人	〔納入期間〕 5/24(火)～31(火)
バレトン《全11回》	14時15分～15時15分			
ボディシェイプエアロ《全11回》	18時～19時			
ソフトヨガ《全11回》	7/5～9/27の毎週火曜日(7/26、8/16を除く) 18時45分～19時45分			
新琴似図書館 (新琴似7-4) ☎764-1901 新琴似図書館 検索				
〔休館〕第2・4水曜日				
絵本読み聞かせ「つくしんぼ」	5/14(土)、28(土) 14時～14時30分 6/1(水) 15時～15時30分	無料	直接会場 〔対象〕幼児～小学校低学年	
子ども映画会	5/21(土) 14時～15時		直接会場 〔対象〕幼児～小学校低学年 〔上映〕「ムーミン谷の彗星」	
屯田西公園 (屯田4-10) ☎771-0219 FAX 374-6086 みどりみらいプロジェクトグループ 検索				
〔講座などの受け付け〕①電話・ファクス申し込み可 ②受付時間は10時～17時				
犬のしつけ教室《各全1回》	5/22(日)、29(日) 10時～12時	無料	直接会場	
テニススクール《各全6回》	一般	6/8～7/13の毎週水曜日	13時～15時	〔申込時〕
	ジュニア(小3～6)		16時～18時	各7200円
花のハンキング教室	6/22(水)	9時30分～12時	〔当日〕	要申込 〔先着〕
花の寄せ植え教室			13時～15時	材料費実費
あいの里公園 (あいの里4-8) ☎778-5751 (あいの里公園・茨戸川緑地管理事務所) あいの里公園・茨戸川緑地 検索				
〔講座などの受け付け〕①電話申し込み可 ②受付時間は9時～17時				
テニススクール《各全6回》	水曜日コース 金曜日コース	6/1～7/6の毎週水曜日 6/3～7/8の毎週金曜日	10時～12時 (9時45分集合)	各6000円 当日までに納入
				要申込 〔先着〕 各15人
				5/15(日)10時から

広告



よりよい まちに!

北区内で行われる 主な公共施設の整備

平成28年度に区内で実施を予定している施設整備などの事業の一部をご紹介します。防災に関する設備やミニ児童会館の整備、公園の遊具などの整備が予定されています。

防災

避難場所認知度向上事業

避難場所が災害種別ごとに指定されていることを知ってもらい、いざというときに適切に避難できるように、避難場所標識や各種ハザードマップを更新します。

- ・指定緊急避難場所（小中学校、区体育館など）
- ・指定避難所（区民センター、地区会館など）

◆危機管理対策課 ☎ 211-3062

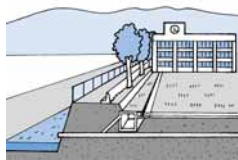
小中学校体育館暗証番号キー設置事業

災害時に施設管理者が不在でも、避難所に入れるように、全ての小中学校の体育館入口に暗証番号キーを設置します。

◆危機管理対策課 ☎ 211-3062

流域貯留施設整備

学校のグラウンドを部分的に掘り下げ、敷地内に降った雨を一時的にため、一度に川に流れ込まないようにすることで、洪水を防ぐ設備を整備します。



- ・新川中央小学校（新川3-3）
- ・新琴似北小学校（新琴似11-6）

◆河川事業課 ☎ 818-3414

子育て

ミニ児童会館整備

放課後児童クラブの過密化を解消するため、茨戸小学校（東茨戸1-2）の放課後子ども館をミニ児童会館として再整備します（平成29年度供用開始予定）。

◆子ども企画課 ☎ 211-2989

公園

安全・安心な公園再整備事業

誰もが安心して安全に公園を利用できるように、老朽化した遊具の更新や園路の段差解消、バリアフリー対応トイレの整備などを行います。



- ・あいの里たつこの公園（あいの里4-6）
- ・太平公園（太平12-3） 他8カ所

◆造園担当課 ☎ 211-2525

◆北区土木センター ☎ 771-4211

道路

歩道バリアフリー整備

高齢の方や障がいのある方など、誰もが安心して歩けるように、勾配緩和・段差解消・視覚障がい者誘導用ブロック設置などの歩道バリアフリー整備を行います。

- ・地下鉄南北線北24条駅周辺

◆工事課 ☎ 211-2618