

ちゅうおう

2019
November

11

曙地区で健康づくり教室が開かれ、「絹うた（歌唱療法士）＆ウッキー」さんによる講話と実技が行われました。

9/18 水

EVENT
REPORT

みんなで歌って若返り！
歌唱療法士



今月の特集

住みよいまちを支える町内会



中央 2・3 ページに掲載

【中央区の人口と世帯数】

国勢調査ベース

人口 / 245,456人(+238) 世帯数 / 139,621世帯(+179)

※10月1日現在。()は前月比

Chuo Information

※市外局番はすべて011です。

中央区役所 〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目 ☎ 231-2400 (代表)

開庁時間：8時45分～17時15分(土・日曜、祝・休日、年末年始を除く) ※区役所へお越しの際は公共交通機関をご利用ください。

まちづくりセンター

●本府・中央 北1西2 ☎ 251-6353	●山鼻 南23西10 ☎ 511-6371
●東北 北2東2 ☎ 251-8119	●幌西 南11西14 ☎ 561-3256
●苗穂 北1東10 ☎ 261-3669	●大通・西 南2西15 ☎ 280-7033
●東 南2東6 ☎ 241-1696	●南円山 南9西21 ☎ 561-2472
●豊水 南8西2 ☎ 521-0204	●円山 北1西23 ☎ 611-3367
●西創成 南5西7 ☎ 521-2384	●桑園 北7西15 ☎ 621-3405
●曙 南11西10 ☎ 511-0116	●宮の森 宮の森2-11 ☎ 644-8760

中央保健センター

南3西11 ☎ 511-7221

中央区土木センター

北12西23 ☎ 614-5800

その他の機関・施設

●中央清掃事務所	南30西8 ☎ 581-1153
●中央消防署	南4西10 ☎ 215-2120
●中央区民センター	南2西10 ☎ 271-1100
●旭山公園通地区センター	南9西18 ☎ 520-1700

どこに聞いたらよいか
分からないときは

→ 札幌市コールセンター

☎ 222-4894 8時～21時(年中無休)

FAX 221-4894 Eメール info4894@city.sapporo.jp

住みよいまちを支える町内会

町内会・自治会は、地域に住む人たちが、お互いに支え合い協力し合って、住みよいまちにすることを旨として結成・運営している団体です。地域コミュニティづくりの基礎として、重要な役割を果たしています。

「身近にあるけど、何をしているのかよく知らない」「自分も参加できるのかな…」という方もいるのではないのでしょうか。

ここでは、町内会・自治会の主な活動をご紹介します。興味のある活動から参加してみませんか？

活動①親睦・交流

地域の触れ合いや親睦を深める「お祭り」「クリスマス会」「敬老会」などを行うことで、地域に住む人たちの顔を見えるようにしたり、地域内での住民同士の結び付きを強めたりしています。



サマーフェスティバル2019 in 曙

1,500人を超える地域住民が訪れ、会場は大盛り上がり！みんなの笑顔のために頑張っています！



西地区新春子どもお楽しみ大会

子どもたちの笑顔が満開！来年も遊びに来てね！

活動②防犯・防災

地域の安全を守る「防災訓練」「防犯パトロール活動」「街路灯の管理」などを行うことで、地域の共助（お互いに助け合うこと）の力を高めています。



南円山防災研修

地域や個人で防災を考えるきっかけづくりになっています。



札幌市総合防災訓練

たくさんの町内会が参加しました。万が一に備えて防災訓練は欠かせません！



南円山連合町内会防災防火部長（旭ヶ丘町内会会長） **吾田 政一さん**

今年度は従来の発災対応型訓練に代えて、避難想定や防災備蓄などの災害対応能力の向上を目的とした防災研修（防災サロン）を行いました。「共助」の取り組みとして、町内会の自主防災活動への関心は高まっています。地域の皆さんには、災害時の避難方法や連絡手段、備蓄の工夫など、できることから始めてほしいと思っています。

活動③清掃・美化

地域の良好な生活環境を守るための「ごみステーションの管理」「緑化活動」などを行うことで、私たちの暮らしに潤いや魅力をもたらし、気持ちよく生活することができています。



東北地区北3条通花植え

色とりどりの花を植えています。ご近所さんと知り合えるなど地域コミュニティづくりにも役立っています。



中央小と三地区（東北・苗穂・東）合同による清掃活動

意外とごみが落ちていてびっくり！
みんなできれいにしました！

活動④見守り

健やかに過ごせる環境づくりをするための「子育てサロン」「通学路の見守り」「単身高齢者への声掛け」などを行うことで、孤立を防ぎ、安心して暮らせる環境が生まれています。



西創成地区見守り隊

気を付けて帰ってね！地域で子どもたちの安心安全を見守っています。



西地区子育てサロン きらぼしキッズ

子どもはみんなの宝物♪保護者同士で子育ての悩みや情報を共有する場にもなっています。



西創成子ども見守り隊隊長（西創成第4町内会会長）はちのへ のりあき 八戸 法昭さん

「子ども見守り隊」は、学校やスクールガードによる見守り活動などと協調して活動しています。改めて巡回を行うのではなく、隊員個々の日常生活の中で見守りを行い、活動のハードルを下げることで、地域に根付いた大きな輪へ広げることを目指しています。
もえぎいろ 萌黄色のバンダナとバッジが見守り隊の証です！



町内会に関するお問い合わせは

- ・最寄りのまちづくりセンター（中央1ページをご覧ください。）
 - ・区役所 地域振興課（205-3221）
- へお電話ください。

11月11日からの内容です



▲前回の雪ミク電車

HP <https://www.city.sapporo.jp/chuo/shiden/index.html>

※運行期間 11月25日(月)～令和2年3月25日(水)。
※主要停留場(西4丁目・すすきの)の発車予定時刻は市交通局ホームページに掲載予定。点検などで運行しない場合がありますので、詳細は電車事業所(☎(551)3944)にご確認ください。
※地域振興課(市電の会事務局) ☎(205)3221

雪ミク電車内覧会 (車両展示)

冬の北海道を応援するキャラクター『雪ミク』をラッピングした市電が今年も期間限定で運行します。運行に先立ち内覧会(車両展示)を行います。

日 11月24日(日)10時30分～14時(受け付けは13時30分まで)。
所 市交通局電車事業所(南21西16)。

税に関する作品展

11月11日(月)～17日(日)は税を考える週間です。市民の皆さまに税への関心を深めていただくため、区内の小中学生から募集した税に関する作品展を開催します。

日 11月11日(月)～15日(金)。
所 中央区役所1階ロビー(南3西11)。
税 札幌中税務署 ☎(231)9311



国民健康保険料の納付と夜間相談のお知らせ

12月2日(月)は平成31年度(令和元年度)国民健康保険料第6期分の納期限です。お忘れのないように納付願います。

保険料を納付できない特別な事情があり、平日の17時15分までに区役所へお越しにならない方は、夜間相談を行いますのでご利用ください。

夜間相談 11月26日(火)、28日(木)の20時まで。

※受け付けは19時30分まで。
※夜間相談は庁舎南側玄関からお入りください。

※納付困難な状況が分かる書類(給与明細、収支内訳書、雇用保険受給資格者証など)をお持ちください。

税 保険年金課収納一・二係 ☎(205)3343

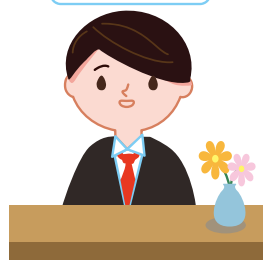


相談窓口のご案内

区役所1階相談コーナーでは、法律や家庭生活などに関する市政以外のさまざまな相談を下表の通り面談・電話で受け付けています。気軽にご利用ください。

税 総務企画課広聴係 ☎(205)3216

相談窓口



相談名	相談員	相談内容	日時
家庭生活	家庭生活 カウンセラー	家庭生活、生き方、悩み事などについて。	月・木曜日の10時～12時、13時～16時
法律 (予約制)	弁護士	困り事、争い事などの法的見解、解決方法について。	第1・3水曜日(面談のみ) ※当日9時から 電話(☎231-2400)で予約の受け付け。 先着8人。相談は午後から(1人20分)
司法書士	司法書士	相続、遺言、不動産登記、多重債務などについて。	第2・4水曜日の13時～16時(面談のみ)
行政	行政相談 委員	国やその関係機関などの仕事について(北海道管区行政評価局による相談窓口)。	第1・3火曜日の13時～16時
あいワーク	職業相談員	職業相談・紹介などについて。 ※区役所3階	月～金曜日の8時45分～17時

広告

健康ガイド

中央保健センター
からのお知らせ

イルミネーションウォーキング

内 札幌の風物詩である大通公園のイルミネーションを見ながらウォーキングをします。運動不足になりがちな冬場に一緒に歩きませんか？

日 12月6日(金) 16時30分～17時30分(受け付けは16時から)

集合場所 中央保健センター2階講堂(南3西11)

コース 中央保健センター～大通公園(テレビ塔下で解散)

対 区内在住の方。100人

申 11月14日(木)～30日(土)に電、HP。先着順

申込先 市コールセンター(8時～21時)

☎ 222-4894

HP <https://www.city.sapporo.jp/callcenter/uketsuke/index.html>

問 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 511-7223

住民集団健康診査のご案内

種類	対象者	費用など
①特定健康診査(とくとく健診)	40歳～74歳で原則札幌市国保に加入の方	受診券に記載の自己負担額。
②後期高齢者健康診査	札幌市民で後期高齢者医療制度に加入の方	「受診券」「健康保険証」「前年度の受診結果」をお持ちください。
③付加健診(希望制)	①②と併せて受診する方	500円(付加健診のみは不可)
④肺がん検診(胸部X線検査)	札幌市民で40歳以上の方(1年に1回)	無料(喀痰検査が必要な場合は400円)
⑤肝炎ウイルス検査	札幌市民で過去に検査を受けていない方	無料

※①②は生活保護世帯(生活保護世帯健康診査受診券が必要)・支援給付世帯(本人確認証が必要)は無料

※65歳以上の方は④と結核定期健康診断の同時実施

※喀痰検査は70歳以上の方、65歳～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、市・道民税非課税世帯、生活保護世帯、支援給付世帯は証明書の提示により無料

日 所 下表の通り

月日	受付時間	会場(所在地)
11月11日(月)	9時30分～11時	幌西会館(南11西14)
11月13日(水)	9時30分～11時30分 13時30分～15時	中央区民センター(南2西10)
12月6日(金)	9時30分～11時30分 13時30分～15時	
令和2年 3月5日(木)	18時～19時30分	

申 不要。当日、直接会場へ

注意事項 健診前日からアルコール摂取と激しい運動を控え、健診当日は直近の食事を取らないでください(飲水は可)。

問 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 511-7223

子育て掲示板

●●●子育てに関する情報を掲載します●●●

エンジョイ・マタニティクッキング

内 妊娠中に必要な栄養とバランスの良い食事の作り方を学ぶ簡単料理教室(20分でできる簡単ランチ)を行います。管理栄養士から調理のこつこのアドバイスもあります。

日 11月27日(水) 10時～13時

所 中央保健センター(南3西11)

対 区内在住で妊娠中の方。24人

持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾などの頭を覆うもの、筆記用具、手拭き用タオル

申 11月13日(水)～18日(月)に電、E(右ページ上欄必要事項のうち①③⑤と出産予定日を記載)。先着順

申込先 問 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 511-7223

E ch.moritsu@city.sapporo.jp



親子同室子育て講座「親子であそぼう」

内 親子でできる遊びや集団で楽しめる遊びを保育士が紹介します。

日 12月16日(月) 10時～11時

所 中央保健センター(南3西11)

対 区内在住で1歳6カ月～3歳未満のお子さんとその保護者。15組

申 12月2日(月) 9時から電。先着順

申込先 問 健康・子ども課子育て支援係

☎ 511-6399



中央区ガイド配布中!

中央区では、転入者向けに中央区ガイドを作成しています。

区内の地図に加え、区のプロフィールや防災に関する情報などを掲載しています。

配布場所 区役所1階0番窓口(総務企画課公聴係)、区内まちづくりセンター(中央1ページ参照)



詳細 総務企画課公聴係 ☎ 205-3216

11月11日からの内容です

イベント情報局

申し込み・詳細は電話または直接各施設へ。
来場の際は公共交通機関をご利用ください。

中央区民センター 南2西10 ☎271-1100 FAX 261-7405

行事名	内容	日時	対象者・定員	費用	申込期間
ボランティアによる美術への誘（いざない）	「 ^{かん だ にっしょう} 神田日勝」「ルノワール」「浮世絵」について画像を使って分かりやすくお話しします。	12月4日（水） 13時30分～15時	15歳以上の方 （中高生を除く）。 20人	無料 	11月18日（月）から（9時30分～17時）。先着順

旭山公園通地区センター 南9西18 ☎520-1700 FAX 561-6868

行事名	内容	日時	対象者・定員	費用	申込期間
ふれあいコンサート	第1部：北広島弦楽合奏団 第2部：啓明中学校合唱部 フィナーレ：出演者全員による合唱「日本の四季童謡メドレー」	11月23日（祝） 13時30分～15時15分（13時開場）	どなたでも参加できます。200人	無料 	不要 
手作りキムチ教室 	無添加キムチの作り方とコツが学べます。 ※白菜キムチ・キムチのたれ（ヤンニョム）の持ち帰りあり ※持ち物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル、おろし金、密封容器（300グラム程度入るもの）2つ	11月28日（木） 10時30分～12時	15歳以上の方 （中高生を除く）。 10人	4,000円	11月12日（火）から（9時～17時）。先着順
はじめてのクリスマスシュトーレン 	シュトーレンの作り方とコツが学べます。 ※試食・シュトーレンの持ち帰りあり ※持ち物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル	12月5日（木） 10時～13時	15歳以上の方 （中高生を除く）。 10人	2,500円	11月14日（木）から（9時～17時）。先着順

※「手作りキムチ教室」「はじめてのクリスマスシュトーレン」は受講者が著しく少ない場合は講座を中止することがあります。

令和さっぽろ循環賞受賞

長年にわたる環境活動を模範としてたたえる「令和さっぽろ循環賞」の表彰式が
10月8日（火）に行われ、札幌薄野ビルダング協会が表彰されました。

▶同協会の
と秋元市長
亀田 俊弘副会長（左）



令和さっぽろ循環賞は他者の模範となり、循環型社会の構築に寄与する、ごみの減量・リサイクル活動に取り組む企業・団体に贈られる賞です。

札幌薄野ビルダング協会は、ビルや各飲食店などの協力により、生ごみや飲料容器などの分別、リサイクルを進め、ススキノ地区に資源循環の取り組みを根付かせるなど、長年にわたり環境活動を行ってきました。

広告