

2026
- 6 -
June

厚別区民のページ

広報

あつべつ

第16回 みんなの! 新さっぽろフォトコンテスト



受賞作品の一部を紹介します

「**主役は君**」
かげやま 影山 こはるさんの作品
(撮影場所：北星学園大学前)

お済みですか? 大雨災害への備え

5月下旬から変更となった「防災気象情報」の変更点を解説するとともに、ご家庭でできる防災対策や、災害情報の入手方法をご紹介します。正しく理解し、いつ来るか分からない「もしも」に備えましょう。



今月の特集

今月の「厚別区からのお知らせ」ピックアップ...2026年度厚別まちづくり宣言 厚別5ページ

厚別区役所関連施設 ※市外局番は011

- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| 厚別区役所 ☎ 895-2400(代表) | まちづくりセンター |
| 厚別保健センター ☎ 895-1881 | 厚別中央(厚別中央4の3) ☎ 891-3907 |
| (以上、〒004-8612 厚別中央1の5) | 厚別南(厚別南1) ☎ 891-1666 |
| 厚別区土木センター ☎ 897-3800 | 厚別西(厚別西2の3) ☎ 891-4555 |
| (〒004-0007 厚別町下野幌45-39) | もみじ台(もみじ台北7) ☎ 897-6121 |
| | 青葉(青葉町3) ☎ 892-8177 |
| | 厚別東(厚別東4の4) ☎ 897-2885 |

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

☎ 011-222-4894 FAX 011-221-4894(8時~21時・年中無休)
Eメール info4894@city.sapporo.jp



FM 広報ラジオ番組

FMドラマシティ(77.6MHz)で
毎週水曜日10時45分から生放送! /

厚別ふれあい・ほっと・ステーション

- | | |
|--------------------|----------------|
| 6月17日 厚別まちづくり宣言 | 7月1日 江別市の紹介 |
| 6月24日 厚別まちづくり宣言(再) | 7月8日 江別市の紹介(再) |

※都合により放送内容を変更する場合があります



過去の放送は
厚別区ホームページから

厚別区 広報ラジオ 検索



厚別区の人口・世帯数

国勢調査の実施に伴い、速報値が公表されるまでの間は掲載を見合わせます。

お済みですか？

大雨災害への備え

近年、全国的に大雨の発生日数が増加傾向にあります。
5月下旬から変更となった「防災気象情報」の変更点を正しく理解し、
いつ来るか分からない「もしも」に備えましょう。

お問い合わせ
厚別区市民部
総務企画課
☎011-895-2419



気象庁が発表する「防災気象情報」が変わりました

	河川氾濫	大雨	土砂災害
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報
警戒レベル1	早期注意情報		

※これまでの防災気象情報

カテゴリーごとに「～警報」「～情報」など名称がバラバラで、さらに空白部分(対応するものがない)もありました。

	河川氾濫	大雨	土砂災害
氾濫発生情報		大雨特別警報 (浸水害)	大雨特別警報 (土砂災害)
氾濫危険情報			土砂災害 警戒情報
氾濫警戒情報	洪水警報	大雨警報 (浸水害)	大雨警報 (土砂災害)
氾濫注意情報	洪水 注意報	大雨注意報	

改善



例

これまでの「大雨警報」は「レベル3大雨警報」という名称に変更となり、警戒レベルの数字と併せて情報が伝えられます。

札幌市からの「避難情報」

警報が発表され、洪水や土砂災害の危険度が高まったら、札幌市は避難情報を発令し、避難を呼び掛けます。
5段階の警戒レベルと取るべき行動の関係を理解して、早めの避難行動に役立ててください。

警戒レベル	避難情報等	住民が取るべき行動
5	緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保! すでに安全な避難ができず危険な状況。直ちに身の安全を確保。必ず発令されるわけではないので発令を待たない。
避難指示(警戒レベル4)までに必ず避難!!		
4	避難指示	危険な場所から 全員避難 指定緊急避難場所や親戚・知人宅などの安全な場所に全員避難。
3	高齢者等避難	危険な場所から 高齢者等は避難 高齢者や障がいのある方は、できるだけ早めに避難。その他の方も必要に応じて避難の準備。
2	大雨・洪水注意報	自らの避難行動を確認
1	早期注意情報	災害への心構えを高める

すでに災害が発生・切迫

高

災害発生
の危険度

低

警戒レベル4までに必ず避難を!



避難の判断は防災気象情報や避難情報などにに基づき、ご自身で行うことが重要です。指定の避難場所にこだわらず、川や崖から少しでも離れた頑丈な建物の上層階に避難するなど、その時点で最善の安全確保行動を取るようにしましょう。

厚別区でも「大雨災害」は発生します



2014年9月11日
大雨による区内の浸水の様子

厚別区の浸水ハザードマップ



大雨による水害は川の氾濫によって起こる「洪水」と、下水道が雨を排水しきれずに起こる「内水氾濫」に分かれます。お住まいの地区の浸水リスクや避難方法などを浸水ハザードマップで確認し、いずれの水害にも対応できるようにしましょう。



▲浸水ハザードマップの詳細はこちら

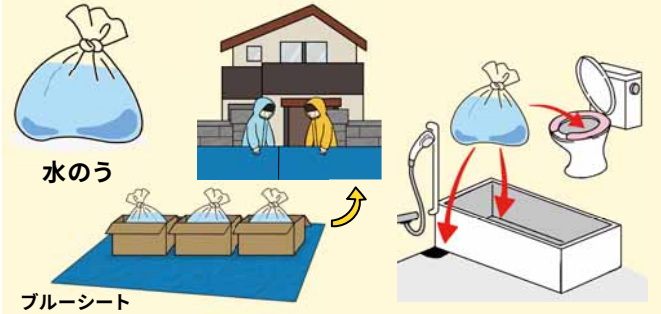


新しい紙のマップは
6月末ごろに
配布開始予定!

ご家庭でできる! 「防災対策」

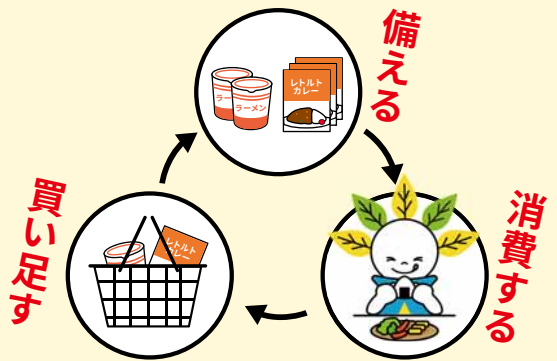
水の浸入を防ぐには…

大きめの袋を二重にして、中に水を入れると水のうのできあがり。段ボール箱やブルーシートなどと組み合わせて玄関前に設置すると建物への浸水を軽減できます。また、トイレやお風呂の排水口などに置くことで水の逆流を抑えることができます。



今日から実践! ローリングストック

「ローリングストック」とは、普段の食べ慣れた食料を少し多めに買い置きして日常的に使い、使った分を買い足すことで常に一定量の食料を備蓄する方法のことで、ご自身の嗜好に合う食料の常備と定期的な消費のサイクルを習慣化することで、日常生活に無理なく防災対策を取り入れることができます。



「災害情報」の入手方法

すぐに見られるように、普段から確認しておきましょう

防災アプリ「そなえ」

札幌市のスマートフォン向け防災アプリです。災害情報がプッシュ通知されるほか、避難場所の確認ができます。



ダウンロードはこちら▲
(iPhone版、Android版)

さっぽろ防災ポータル

災害情報を集約しています。災害ごとのハザードマップを拡大して見ることができるので、スマートフォンでも情報を確認できます。

さっぽろ防災ポータル
札幌市の防災、災害時の情報ポータルサイト



キキクル

大雨や洪水の危険がどこに迫っているかを地図上で知ることができる、気象庁が公開している情報です。スマートフォンのプッシュ通知にも対応しています。





申込時の必要事項 ①行事名 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢
⑤連絡先(電話番号・FAX番号・メールアドレスなど)

がん検診(胃・大腸・肺)

毎月予約制で実施しています。各月の日程はホームページの他、区役所や保健センターで配布している検診日程表をご覧ください。下記申込先や問い合わせ先にお電話にてお問い合わせください。

- 会** 厚別保健センター(1月15日(金)のみ厚別区民センター)
- 対** 胃(バリウム):50歳以上で偶数年齢の方(直前の偶数年齢時に受診していない場合、奇数年齢でも可)、大腸(検便)・肺(胸部エックス線):40歳以上の方
- 定** 毎月各日40人【先着順】※ただし10~12月実施分の定員は各日50人【先着順】
- ¥** 胃:1,300円、大腸:400円、肺:無料(問診により喀痰検査が必要な場合は400円)
※減免制度あり。詳細は申込時に確認
- 申** ホームページの申し込みフォームまたは電話で。令和9年3月実施分まで申し込み可能。定員に達し次第終了。肺がん検診は申し込み不要
- 申込先** 札幌市コールセンター
☎011-222-4894
札幌市 お申し込み
- 問** 厚別保健センター ☎011-895-1881 ▲申し込みフォーム



厚別区高齢者教室「瑞穂大学」受講生募集

新しい仲間との触れ合いや、生活に必要な知識を養い、心豊かな生活を見つけるきっかけづくりのための講座です。

- 日** 7月14日~11月10日の毎週火曜日(全15回)14時~16時
※9月16日のみ水曜日開催
※8月11日、9月22日、11月3日は祝日のため休講。
内容により時間変更あり
- 会** 厚別区役所(市内施設での講義や見学の場合あり)
- 対** 厚別区在住の65歳以上(令和8年4月1日時点)で、これまでに受講歴がなく、全日程を受講できる方
- 定** 36人【多数時抽選。抽選結果は7月上旬までに応募者全員へ郵送】。
- ¥** 無料。ただし、教材費・交通費など実費負担あり
- 申** 6月11日(木)~25日(木)にホームページの申し込みフォーム(24時間受け付け可)または電話で(受付時間:8時~21時)
- 申込先** 札幌市コールセンター
☎011-222-4894
札幌市 お申し込み
- 問** 地域振興課 ☎011-895-2442 ▲申し込みフォーム



住民集団健康診査

月日	時間	会場
6月26日(金)	9時30分~11時30分	森林公園パークハウス西参番街C棟(厚別北2条4丁目1-3)
	13時30分~14時30分	
7月2日(木)	9時30分~11時	原始林会館(厚別東2条4丁目7-17)
	13時30分~15時	もみじ台南第1集会所(もみじ台南4丁目2-20)
7月3日(金)	9時30分~11時	原始林会館(厚別東2条4丁目7-17)
	13時30分~15時	もみじ台管理センター(もみじ台北7丁目1-1)
7月6日(月)	9時30分~11時	厚別西会館(厚別西2条3丁目8-31)
	13時30分~15時	小野幌会館(厚別東4条4丁目9-3)

- 種** ①健康診査、②肺がん検診(胸部エックス線)、③肝炎ウイルス検査
- 対** ①は40歳以上の国民健康保険加入者・生活保護世帯員、中国残留邦人などの支援給付世帯員、後期高齢者医療保険加入者、②は40歳以上の方、③は過去に受診したことがない方
- 他** 予約不要、直接会場へ。①の費用や持ち物などの詳細は対象者に送付している受診券や案内文などで確認、②③の費用は無料(②の問診により喀痰検査が必要な場合は400円)。持ち物は身分証明書
- 問** 札幌市コールセンター ☎011-222-4894



国民健康保険料の夜間納付相談

失業や営業不振などのご事情により納付が困難な場合は、早めにご相談ください。日中来庁できない方のために夜間納付相談を行っています。

- 日** 6月18日(木)、25日(木)、7月9日(木)20時まで
(受付は19時30分まで)
- 会** 厚別区役所1階8番窓口
(庁舎東側の時間外出入り口からお入りください)
- 問** 保険年金課収納係 ☎011-895-2597

花苗プレゼント(夢市場あつべつ)

厚別区緑友会より寄付された花苗をプレゼントします。

- 日** 6月20日(土)10時～ ※なくなり次第終了
- 会** ふれあい広場あつべつ(厚別中央1条5丁目2)
- 定** 400人【先着順】(1人1株) **¥** 無料
- 問** 地域振興課 ☎011-895-2442

子育て講座「はじめての性教育『心の根っこ』の育て方」

「自分は大切な存在だ」と思える心の根っこを育てるために大切なことを、『助産院にじいろの月』の院長から学びませんか。

- 日** 7月7日(火)10時～11時
- 会** 厚別区保育・子育て支援センター
(ちあふる・あつべつ)(厚別中央1条6丁目1-10)
- 対** 就学前の子どもとその保護者
(妊娠期の方とその家族も参加可)
- 定** 親子10組、妊娠期の方5組【いずれも先着順】
- ¥** 無料
- 申** 6月23日(火)～7月6日(月)に電話で
- 他** 詳しくはさっぽろ子育て情報サイトで
- 問** 厚別区保育・子育て支援センター
(ちあふる・あつべつ)
☎011-887-8166



▲さっぽろ子育て情報サイト

2026年度 厚別まちづくり宣言

厚別区は、「安全・安心・健やかな暮らし」と「笑顔と活気あふれるまち」の実現をめざし、以下の運営方針に則り、4つの施策の柱を基軸として区政運営を推進してまいります。

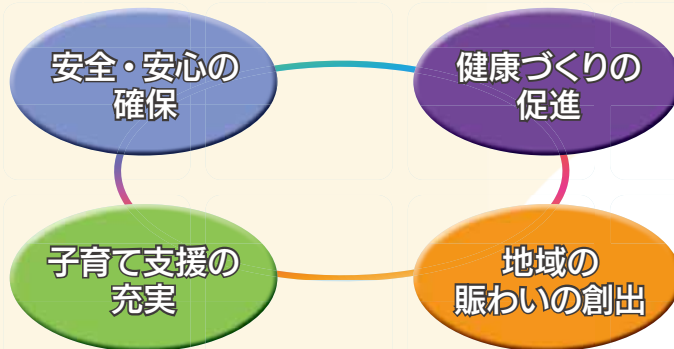
<運営方針>

- 区民目線・区民感覚を第一にサービスの向上を図るとともに、区民とともに魅力的なまちづくりを推進します。

[詳細](#) 総務企画課

☎011-895-2419

<4つの施策の柱>



主な取り組みなどはこちらから見るができます



▲厚別区ホームページ
厚別まちづくり宣言

広告

各施設からのお知らせ



掲載行事以外にも各施設で開催される行事があります。
詳しくは「札幌市からのお知らせ」で。
※会場の指定がなければ、各施設での実施となります。



厚別区民センター(厚別中央1条5丁目3-14)

☎011-894-1581 FAX011-895-4471

区民講座「耳つぼ&やさしいヨガ」

耳にあるつぼをもみほぐして血行を促進し、疲労や不調をすっきり解消。併せてヨガを行い、脂肪燃焼を目指します。

- 日 6月23日～7月14日の毎週火曜日
13時～14時10分(全4回)
- 対 18歳以上(高校生を除く) 定 15人【先着順】
- ¥ 3,000円(講座の初回に直接)
- 申 6月11日(木)～17日(水)10時～16時に
電話または直接

区民講座 はじめての「ひめトレ・ピラティス」

初心者の方を対象とした、体幹を強化し、骨盤の位置を正しく整えて、姿勢の改善を目指す講座です。

- 日 7月10日～8月7日の毎週金曜日
10時～11時10分(全4回)※7月24日(金)は休講
- 対 18歳以上の女性の方(高校生を除く)
- 定 12人【先着順】 ¥ 3,000円(講座の初回に直接)
- 申 6月16日(火)～22日(月)10時～16時に
電話または直接

厚別西地区センター(厚別西4条4丁目10-1)

☎011-896-2000 FAX011-896-1145

タイムスリップコンサート

1960年代の懐かしい曲を生演奏でお届けする、大人向けのコンサートです。ビールの販売も予定しています。

- 日 6月20日(土)15時～16時30分
(開場14時30分)
- 定 70人【先着順】
- ¥ 500円(当日直接)



第3回 モルック大会

試合を通して親睦を深めませんか。

- 日 6月27日(土)10時～12時
- 定 7チーム【先着順】
※1チーム3～4人。個人参加応相談
- 対 18歳以上の方(高校生を除く)
- ¥ 1チーム2,400円(申込期間内に直接)
- 申 6月11日(木)～20日(土)に電話または直接
- 他 <持ち物>上靴

厚別南地区センター(厚別南7丁目9-1新札幌わかば小学校4階)

☎011-896-3000 FAX011-896-4990

顔ヨガと頭皮かっさマッサージで リフトアップ講座

頭皮かっさマッサージで美肌とリフトアップを目指します。

- 日 7月6日(月)、13日(月)10時～11時30分
- 対 18歳以上の方(高校生を除く)
- 定 15人【先着順】
- ¥ 受講料:1,200円(6月30日(火)、7月1日(水)
9時～16時に直接)
- 教材費:100円※かっさを借りる方のみ
(講座の初回に講師へ直接)
- 申 6月17日(水)～20日(土)9時～17時に電話
またはFAXで

指で描く楽しさ! ずっと飾りたいチョークアート講座

オイルチョークでカフェにあるようなおしゃれな絵を完成させていきます。絵が苦手な方も安心して参加できます。

- 日 7月10日～31日の毎週金曜日
10時～12時(全4回)
- 対 18歳以上の方(高校生を除く) 定 15人【先着順】
- ¥ 受講料:2,400円(6月30日(火)、7月1日(水)
9時～16時に直接)
- 材料費:2,000円(講座の初回に講師へ直接)
- 申 6月17日(水)～20日(土)9時～17時に電話
またはFAXで

広告