



市税は納期限までに納付を。北州市税事務所 ☎ (207) 3913 では、木曜日に夜間納税相談を行っています。

東区の人口

令和5年1月1日現在(国勢調査ベース)
人口 264,347人(前月比-120) 世帯数 132,806 世帯(前月比-37)



ひがしくからの
お知らせ

2月11日からの内容を掲載しています

●東区民ホームページ

www.city.sapporo.jp/higashi/

ようこそひがしく

検索

●東区広報番組 さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)

「東区情報ひろば タッピー通信」毎週水曜日 10時30分～40分
「タッピー通信 い～すトリー」毎月第4土曜日 13時15分～29分

テレビとアプリでお知らせ配信中!

イベントなどのお知らせは、地上デジタルのデータ放送(UHB) 8チャンネルと無料配信のアプリ「iさっぽろ」で配信しています。



リモコンの「iボタン」を押してね!

胃がん・肺がん・大腸がん検診

日時 2月20日(月) (受付は9時～10時)。

会場 東保健センター。

対象 東区にお住まいで、①胃がんは50歳以上の原則偶数歳の方、②肺がん

③大腸がんは40歳以上の方。

費用 ①1千100円 ②無料(喀痰細胞診)

400円) ③400円。減免制度あり。

定員 各40人(先着)。

申込 実施日の3日前までに電話または

直接窓口で申し込み。

その他 胃がん検診と肺がん検診は検診

車(大型バス)にてX線撮影、大腸が

ん検診は、採便セットを用いた便潜血

検査です。

※胃がん検診はバリウム検査です。内

視鏡検査を希望される方は(公財)北

海道対がん協会または実施医療機関で

ご予約の上、受診してください。

詳細 健康・子ども課健やか推進係

☎(711) 3211

〈国保・介護・後期〉

保険料の夜間相談日

国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料の夜間相談を行います。平日の日中(8時45分～17時15分)、区役所へお越しになれない際にご利用ください。※納付相談以外の手続きは受付できませんので、あらかじめご了承ください。

日時 2月16日(木)、22日(水)20時まで(受付は19時30分まで)。

相談先・詳細 保険年金課収納係

☎(1階9番窓口) ☎(741) 2536

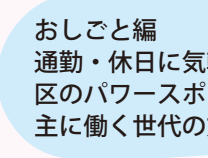
令和4年12月から配布中!

東区ウォーキングノートが新しくなりました!

東区ウォーキングノートは、歩行時間などを記録できるほか、おすすめのウォーキングコースや東区の魅力などのお役立ち情報を紹介しています。ライフスタイルに応じて3種類をご用意しました。自分に合うノートを片手にウォーキングを楽しみながら、健康づくりをしませんか?



こそだて編
お子様・ご家族と一緒に歩きやすいコースや東区の野鳥・動物などを掲載。主に子育て世代の方におすすめ。



おしごと編
通勤・休日に気軽に歩けるコースや東区のパワースポット・歴史などを掲載。主に働く世代の方におすすめ。



ゆったり編
リラックスできる郊外のコースや四季を感じるウォーキングのコツなどを掲載。主にシニア世代の方におすすめ。

配布場所 東保健センター
東区内各まちづくりセンター
詳細 健康・子ども課健やか推進係
☎711-3211

レバンガ北海道 公式戦ご招待! ~東区民応援デー

札幌を本拠地とするバスケットボールクラブ「レバンガ北海道」のホームゲームに、区内にお住まいの方100人(スタンドB指定席)をご招待します。たくさんのご応募、お待ちしております!

対象試合 レバンガ北海道 対 シーホース三河。

日時 3/17(金) 19時5分試合開始(16時10分開場)。

会場 北海きたえーる(豊平区豊平5条11丁目)。

申込方法 専用WEBフォームに申込者(観戦希望者)の住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレスを記入のうえ、2/17(金)までに申込。

その他 新型コロナウイルスの影響により、急きょリモートマッチ(無観客試合)または開催延期、あるいは中止になる場合があります。

備考 当選した場合は、当選メールに掲載されるURLもしくはQRから、事前にチケットを申請してください。メール1通につき1名有効。ペアでの招待ではありません。詳細は当選メールに記載。落選した場合は、メールにて特別価格でチケット購入可能な専用URL・QRをお送りします。また、当選者の同伴者も特別価格で購入できます。(大人2,300円、小中学生1,000円、学生(高校~高専・大学)2,000円、60歳以上シニア1,500円にて販売。ただし、会場ご購入の場合、発券手数料500円がかかります。)

専用WEBフォームQR →



©LEVANGA HOKKAIDO



区役所や区民センターの駐車場は混雑します。お越しの際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

第20回

東区グラウンドゴルフ大会

グラウンドゴルフで運動不足を解消しませんか？
8ホールを3ラウンド（全24ホール）行い、競技時間は2時間15分程度です。一般の部と小学生の部は同時進行いたします。
上位入賞者への賞品や、飛び賞および参加賞もあります。用具一式は無料で貸し出します。（ご自分でお持ちのものも使用可能です）

会場 つどーむ（栄町885-1）。
日時 3/11（土）。受付：8時30分～9時。スタート：9時15分。
対象 東区にお住まいの小学生以上の方。
定員 144人（先着）。
費用 一般の部500円、小学生の部300円。
申込 2/15（水）～23（祝）に下記方法で申込。
グループ（最大6名）での申込→HPまたはFAX。
お一人での申込→HP・FAXまたは電話。

HP：<https://www.callcenter.city.sapporo.jp/sapporo/cc/web/formList.html>

電話・FAX：札幌市コールセンター（8時～21時、年中無休）
☎222-4894 FAX 221-4894
2/8（水）からチラシ（裏面FAX用申込用紙）を配布します。
配布場所は、区役所・東区民センター・区内各地区センター・区内各まちづくりセンターです。



詳細 地域振興課 ☎741-2429 お申し込みはこちら→

土木センターからのお願い ～パートナーシップ排雪制度について～

パートナーシップ排雪制度は、希望する地域の団体と札幌市が費用を分担して、住宅地の生活道路を運搬排雪する制度です。
排雪作業は通常昼間に行うことが多いので、地域の皆さまにはご不便をお掛けしますが、交通誘導員の指示に従って通行してください。

◇お願い◇

「道路への雪出し」「迷惑駐車」などは、排雪作業に遅れが生じ、他の町内会に迷惑を掛けますのでやめましょう。

◇お知らせ◇

パートナーシップ排雪の目安となる作業日程を東区民ホームページ（土木部からのお知らせ）に掲載します。

制度等に関するお問い合わせ先

維持管理課（東区土木センター） ☎781-3521

作業に関するお問い合わせ先

東地区除雪センター ☎776-7552
西地区除雪センター ☎781-9515
南地区除雪センター ☎781-5281



土木部からのお知らせ QR ↑

区内各施設の講座など

東区民センター 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500

親子で楽しむ腹話術&ジャグリングショー
親子で楽しめるステキな腹話術・ジャグリングショーです！
日時 3/4（土）13時30分～14時30分。
会場 東区民センター2階 大ホール。
定員 30名（先着）。
対象 未就学、小学校低学年のお子様と保護者の方。
費用 無料。
申込 2/15（水）から電話または直接窓口で申込。
受付時間は10時～16時。

栄地区センター 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005

美味しくて華やか♡飾り巻き寿司講座
飾り巻き寿司の作り方を学びませんか。
日時 3/1（水）10時30分～12時30分。
対象 15歳以上の方（中高生は除く）。
定員 6名（先着）。
費用 2,500円（受講料1,500円、教材費1,000円）。受講料と教材費は申込日の翌日～1週間以内に一括納入してください。
申込 2/14（火）から電話での申込。受付は9時～17時。

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目2-10 ☎784-7833

2022年度開館記念コンサート
日時 3/4（土）13時30分開場、14時開演。
会場 苗穂・本町地区センター。
定員 100名（先着）。
申込 2/15（水）9時から当地区センター窓口にて入場整理券を配布。無くなり次第終了。
費用 無料（入場整理券が必要）。
出演 アンダンテ・ウインドアンサンブル。
東日本大震災後結成。2011年5月の初ステージから被災地へ向けた数々のチャリティーコンサートを開催。2022年で11年目を迎えた札幌発の有志バンド。

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目1-15 ☎785-6323

お手軽運動講習会
みんなで体を動かして、健康づくりをしましょう。
日時 2/20（月）14時～15時。
対象 おおむね60歳以上の方。 **定員** 50名。
申込・費用 不要。
持ち物 運動靴、水分補給の飲み物、タオルなど。

掲載した情報は内容の変更や、中止、延期となる場合があります。
事前に開催についてお問い合わせの上お出掛けください。

広告

