

### ③ 北保健センター8月のおすすめランチ

**と き** 8月17日(月)～21日(金)11時～14時  
**ところ** 札幌サンプラザ1階レストラン(北24西5)  
**メニュー** 鶏肉と野菜のピリ辛炒め、チンゲンサイのカニ身あんかけ、サラダ、ごはん、スープ  
【エネルギー561kcal、食塩相当量2.9g、野菜使用量271g】  
**料 金** 1,200円(税込み)



### ④ 子育て講座「ベビービクス」

音楽に合わせて赤ちゃんと一緒に体を動かしましょう！

**と き** 8月27日(木)10時～11時  
**ところ** 北保健センター2階講堂(北25西6)  
**対 象** 4カ月～1歳未満の子どもと保護者、これから親になる方  
**定 員** 先着10組程度  
**申 込** **8月13日(木)～8月26日(水)**に、子育て支援担当係へ電話またはファクス(講座名、保護者と子どもの氏名(ふりがな)、子どもの月齢、電話番号を記入)

### ⑤ 子育て講座「離乳食(初期食)」

離乳食(初期食)について栄養士がお話します。

**と き** 9月11日(金)10時30分～11時15分  
**ところ** 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** 1歳未満の子どもと保護者、これから親になる方  
**定 員** 先着10組程度  
**申 込** **8月28日(金)～9月10日(木)**に、子育て支援担当係へ電話またはファクス(講座名、保護者と子どもの氏名(ふりがな)、子どもの月齢、電話番号を記入)

以上①～③について

健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181

④～⑤について

健康・子ども課子育て支援担当係 TEL 757-2566 FAX 756-0874

### 市税の督促状・催告書が届いた方は

市税の督促状や催告書が届いていませんか？そのまま放置していると、財産差押などの滞納処分が執行される場合があります。速やかに納付またはご相談ください。毎週木曜日(祝休日を除く)に20時まで夜間納税相談を実施しています。

北部市税事務所納税課納税係 TEL 207-3913  
(中央区北4西5 アスティ45 9階)

### 保健センターからのお知らせ

#### ① モルックでつながる！ ～体験から地域の仲間づくりへ～

モルックを実際に体験しながら基本ルールや運営方法を学びます。(健康づくり担い手養成講座)

**と き** 9月4日(金)14時～16時  
**ところ** 北区民センター3階区民ホール(北25西6)  
**定 員** 先着15人  
**申 込** **8月21日(金)～28日(金)**に、地域保健一・二係へ電話。前回(令和7年9月4日開催)の同講座を受講された方は対象外となります。

当日は、動きやすい服装でお越しください。



#### ② 住民集団健康診査

申込不要

|          | と き                        | ところ                    |
|----------|----------------------------|------------------------|
| 8月12日(水) | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時 | 拓北・あいの里地区センター(あいの里1-6) |
| 9月7日(月)  | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時 | 篠路駅前団地福祉会館(篠路5-4)      |
| 9月9日(水)  | 9時30分～11時                  | 新琴似南会館(新琴似2-2)         |
|          | 13時30分～15時                 | 新川地区会館(新川1-4)          |

| 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、協会けんぽにご加入の被扶養者 | 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           |
|          | 中国残留邦人等支援給付世帯で40歳以上の方                |              |
| 肺がん検診    | 40歳以上の方                              | 無料※          |
| 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           |

※医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円です。  
▷健康診査は、ご自宅に郵送される受診券、マイナ保険証または資格確認書を、生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、中国残留邦人等支援給付世帯の方は本人確認証をお持ちください。  
▷肺がん検診と肝炎ウイルス検査は受診券不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください。

### 第2回 きらきら星空ウォッチングin 秋

今年も百合が原公園に、札幌市青少年科学館から移動天文車がやってくる！秋の夜長に中秋の名月や星空観察を楽しもう！北海道大学天文同好会や札幌市環境局による「星や宇宙について」「星空と環境問題について」などの講話も実施します。雨天時は、温室でクイズ大会などを行います。

**と き** 9月27日(日)18時30分～20時30分  
(受付18時～18時20分)  
**ところ** 百合が原公園(百合が原公園210)  
**対 象** 北区にお住まいまたは北区の学校に通学する小学生。保護者同伴必須  
**定 員** 60人。保護者を含め1組3人まで。多数時抽選  
**申 込** **8月22日(土)～9月6日(日)**にHPから。または申込用紙を持参、郵送(必着)、ファクス、Eメールのいずれかにて地域活動担当係へ。申込用紙はHPからダウンロード、または地域活動担当係で配布します。

持ち物や注意事項などは、右記コードからHPをご確認ください。



地域振興課地域活動担当係 TEL 757-2407 FAX 747-5898  
〒001-8612 北24西6 ✉kita.katsudou@city.sapporo.jp

## 秋まつり

しんことにまつり ※荒天時、翌日に順延

**と き** 9月5日(土)11時～18時  
**ところ** プラザ新琴似(新琴似7-4)  
**問合せ** 新琴似まちづくりセンター TEL761-4205

鉄西秋まつり ※雨天中止

**と き** 9月6日(日)11時～18時  
**ところ** さつき公園(北11西2)  
**問合せ** 鉄西まちづくりセンター TEL726-5285

北連合町内会秋祭り ※雨天時、翌日に順延

**と き** 9月12日(土)11時～18時  
**ところ** 若草公園(北25西7)  
**問合せ** 北まちづくりセンター TEL726-4385

### エスポラーダ北海道 北区民応援デー

札幌を本拠地とするフットサルクラブ「エスポラーダ北海道」のホームゲーム(vs.バサジィ大分・スタンド自由席)へ30組60人をご招待します！

●日時 **9月13日(日)12時キックオフ(10時30分開場)**  
●会場 北ガスアリーナ札幌46(中央区北4東6)  
●対象 北区お住まいの方  
●定員 30組60人(応募者多数時抽選)  
●申込 **8月21日(金)(消印有効)**までに往復はがきにて。往信面に観戦希望者(2人1組)の代表者の住所・氏名・年齢・電話番号を、返信面に宛先を記入の上、右記申込先まで郵送してください(1組につき1通のみ有効)。結果などは8月28日(金)を目途に返信はがきでお知らせします。

●申込先・詳細  
**〒063-0003 西区山の手3条2丁目5-5**  
**エスポラーダ北海道 北区民応援デー係**  
**TEL 676-4730**



※応募者の個人情報は、一般社団法人エスポラーダ北海道スポーツクラブが適切に管理し、本件を含む同社からのご案内以外には使用いたしません。  
※区民応援デーはプロスポネットSAPPOROに基づく、札幌市スポーツ局の主催事業です。

【問い合わせ】スポーツ局スポーツ部企画事業課 TEL 211-3044

### 明るい選挙啓発ポスター募集

**対 象** 北区にお住まいまたは北区の学校に通学する小学生および中学生  
**募集作品** 明るい選挙の呼びかけを目的としたポスターで、選挙に関する標語が入っているもの(1人1点)。サイズ等の詳細はHPをご覧ください。  
**応 募** 作品の裏面右下に学校名、学年、住所、氏名(ふりがな)を明記し、**8月26日(水)**までに北区選挙管理委員会事務局に直接(郵送可)または学校を通じて提出。

小・中学生ごとに入賞作品を選定し、賞状・副賞を贈呈します。また、応募者全員に参加賞があります。入賞作品は、12月ごろに北区民センター1階ロビーなどで展示を行うほか、令和9年3月ごろに行われる予定の全市総合展示会にも出展します。

北区明るい選挙推進協会・北区選挙管理委員会事務局  
〒001-8612 北24西6 TEL 757-2404



きた 5

広報さっぽろ | 2026・8

2026・8 | 広報さっぽろ

きた 4

