

# 北地区だより

## 第48号

令和8年(2026年)1月発行

発行者

北連合町内会

北まちづくりセンター

北区北29条西7丁目3-15

TEL 726-4385



### 2026年もよろしくお願ひします。～新年交礼会開催～



1月8日(木)札幌サンプラザにて「北連合町内会・Cネット合同新年交礼会」が開催されました。「北地区コミュニティネットワーク(Cネット)会議」は、各種地域団体が意見交換を通じて解決の方策を検討するなど、地域コミュニティの向上を図ることを目的に設立されたもので、北地区内の町内会や教育、福祉、商業関係団体、老人クラブなどで構成されています。

今年の新年会は、佐藤北区長を始めとするご来賓のほか、各団体の代表者、町内会関係者計67名が参加して開催されました。

開催に当たり成田北連合町内会会長から、「最近、各地で地震が続いているが、防災に力を入れ、住民が支えあえる地域づくりに取り組んでいきたい」との挨拶があり、その後、北地区のまちづくりや地域の振興について歓談し、和やかな雰囲気幕を閉じました。

### 「ガムを使って咀嚼(そしゃく)機能をチェック」～Cネット全体会議～

昨年11月18日(火)、「北地区コミュニティネットワーク(Cネット)全体会議」が北会館で開催されました。

今回は日本医療大学 リハビリテーション学科 准教授 村上 正和氏を講師に「ガムを使って咀嚼(そしゃく)機能をチェック」と題した講演会をしました。講演会では、参加者にガムが配られ、実際にガムを噛んでみてそしゃく機能が正常か判定しました。

そしゃく機能の低下は体力の低下や認知機能の低下などにも影響し、健康寿命の短縮につながるとのことでした。皆さん適切な食習慣を身につけ、歯磨きを徹底し、健康に暮らしましょう。



## 第49回「冬を楽しむ集い」を開催します。

今年で49回目となる「冬を楽しむ集い」が下記のとおり開催されます。

寒さで家の中にいることが多くなり、運動不足になりがちな季節です。屋外に出てみんなで楽しくゲームをしましょう。

障害物競走や綱引き、風船割りなど楽しいゲームを用意して、たくさんのお友達と保護者の皆様方のご参加をお待ちしています。ぜひお越しください。



**参加は無料・事前申し込みは不要です**

**(悪天候、雪不足等の場合は中止することがあります)**

◆ **日時：2月15日(日)**

**午前10時から11時30分頃まで**

**※受付は9時30分からです**

◆ **場所：新陽小学校グラウンド(北27条西14丁目)**

**【お問い合わせ先】 各地域の青少年育成委員または北まちづくりセンター TEL726-4385**



## 「きたカフェ☆ぽっぴい」から美味しいお知らせ

子ども食堂「きたカフェ☆ぽっぴい」は、北地区民生委員児童委員協議会と北連合町内会の共催で、子どもから大人までどなたでも気軽に立ち寄り、お食事を楽しみながらおしゃべりできる憩いの場です。原則毎月第2水曜日に開催しています。

17時～18時半のお食事タイム中に皆さまの都合に合わせてご参加ください。

17時～18時は、小・中学生の自習コーナーも開催しています。

大学生から勉強を教えてもらえます。忘れずに宿題を持って来てくださいね。

お子さんだけで参加の場合はお迎えの協力をお願いいたします。

**17:00～18:30 お食事タイム(カレー提供)**

**17:00～18:00 自習の時間**

**18:30～19:00 自由時間**

★カレー代金 子ども無料、大人は200円

※無くなり次第終了

★開催場所 北会館(北区北29条西7丁目 TEL726-4385)

★今後の開催日は**2月12日(木)・3月11日(水)**です

**【お問い合わせ先】 北地区民生委員児童委員協議会 紙谷 TEL 090-2818-3924**

# 北地区インフォメーション

## 健康づくり交流会

「北地区福祉のまち推進センター」及び「北連合町内会」が  
介護予防センター新道南の協力を得て開催している交流会です。  
お気軽にご参加ください。



### ◆ 開催予定 ◆

日時	会場	内容	備考
2月4日(水) 10:30~11:45	新陽会館 北26西15-4-8 TEL 717-2221	<b>「ピアパラヨガ」</b> ピアノの生演奏を聞きながら楽しむヨガ体操！	◆ 参加費 ＜無料＞
3月4日(水) 10:30~11:45	北会館 北29西7-3-15 TEL 726-4385	<b>「歌体操」</b> 日常生活の動きに合わせた元気体操	◆ 事前申し込み ＜不要＞

【お問い合わせ先】北まちづくりセンター 電話 726-4385

\*\*\*\*\*

## 子育てサロン

遊びに来てください！お待ちしております♪

“親子が自由に集まる場”を開催しています。

0歳から就学前のお子さんと保護者の方や地域の方など  
いろいろな世代の方が集い楽しく遊んだり交流したりする場です。  
ぜひ遊びに来てください！

### ◆ 開催予定 ◆

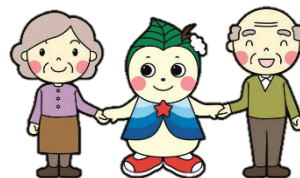
サロン名	じゃんけんぽん（北会館）
場所	北29条西7丁目3-15（2階集会室）
時間	10:00～11:30
令和8年2月	2月5日（木）保健師参加
3月	3月5日（木）保育士参加

会館の都合などにより日程が変わることがあります。  
玄関前の張り紙でお知らせしますのでご了承ください。

【お問い合わせ先】北区健康・こども課子育て支援担当係 電話 757-2566

## すこやか倶楽部

概ね65歳以上で、会場までお越しになれる方ならどなたでも参加できます。楽しいプログラムを用意してお待ちしております。  
水分補給用の飲み物、筆記用具をご持参ください。



### ◆ 開催予定 ◆

会 場	北24条会館	南新川会館	新陽会館	北 会 館
場 所	北24西3	北25西13	北26西15	北29西7
日 時	13：30～14：30	13：00～14：00	10：00～11：00	13：30～14：30
R8年 2月	16日（月）	お休み	13日（金）	26日（木）
3月	23日（月）	3日（火）	13日（金）	26日（木）

※会館の事情等により日程が変わることがありますので、ご了承ください。

【お問い合わせ先】北区介護予防センター新道南 電話 707-4129

## 北まちづくりセンターからのお知らせ

### ☆冬道の歩行に…

まちづくりセンター入口に、砂入ペットボトルと滑り止め用砂袋を置いております。  
路面が滑りやすいところ（道路の歩道や車道）に散布するなどご自由にご利用ください。

### ☆色々なお知らせをしています

まちづくりセンターでは、ごみ収集カレンダーなど、市の事業・制度や地域のイベントなどをお知らせするチラシやパンフレットの掲示や配布を行っています。  
お気軽にお立ち寄りください。

【お問い合わせ先】北まちづくりセンター 電話 726-4385

この「北地区だより」は、北まちづくりセンターホームページで、カラー版がご覧いただけます。  
<https://www.city.sapporo.jp/kitaku/machi/center/kita/index.html>

札幌市 北まちづくりセンター

検索