



北区まちづくり
キャラクター
ぼっぴい



特集

人と自分を守る 自転車安全運転のススメ

4月1日から、16歳以上が運転する自転車の交通違反に「交通反則通告制度」（通称：「青切符」制度）が適用となりました。この機会に改めて自転車の安全運転について考えてみましょう。青切符制度については本誌8～9ページもご参照ください。

自転車のルールについては警察署に直接お問い合わせください。

▶札幌方面北警察署交通第一課 ☎727-0110



傘差し運転
反則金 5,000 円



ブレーキ不良
反則金 5,000 円



遮断踏切立入り
反則金 7,000 円



並進禁止違反
反則金 3,000 円

これらの行為も
違反だよ！



編集：北区市民部総務企画課広聴係 TEL 757-2503 FAX 757-2401 Eメール ki.somu@city.sapporo.jp

北区役所

〒001-8612 北区北24条西6丁目
TEL 757-2400

北区HP「みてきて北区」

<https://www.city.sapporo.jp/kitaku/>



篠路出張所

〒002-8024 北区篠路4条7丁目
TEL 771-2231

篠路出張所ホームページ

<https://www.city.sapporo.jp/shinoro/>



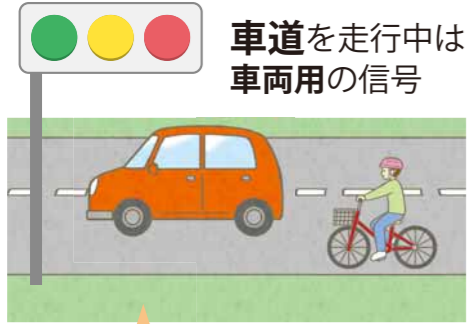
■北区の人口と世帯数

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。



2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

見るべき信号は？.....



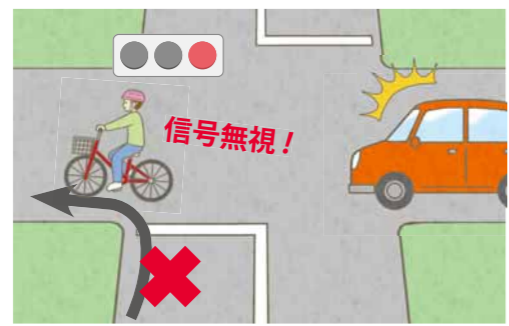
標識があるときは
停止線の手前で一時停止！



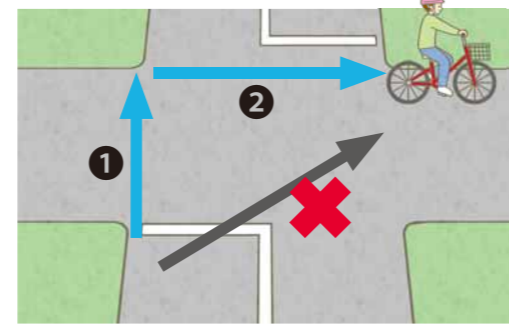
うっかりに注意！.....

歩行者専用
自転車専用

自転車に関する標識や標示があるときはそれに従います。



進む方向の信号が赤のとき、左折であっても停止線を越えると信号無視です。
信号無視 反則金 6,000 円



交差点で右折するときは、信号のあるなしに関わらず、斜め横断はとても危険です。二段階右折で安全に！
交差点右左折方法違反 反則金 3,000 円

自転車安全利用五則で みんなが安心な自転車ライフを！

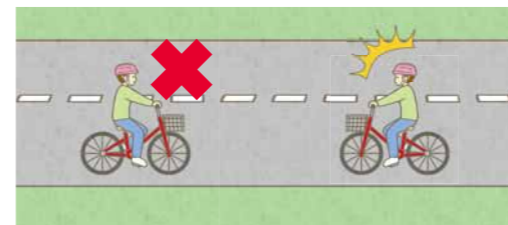


自転車は便利な乗り物ですが、ルールを無視した運転は大変危険です。安全に利用するために、うっかり忘れがちな交通ルールや安全運転のポイントを再確認し、日頃の運転を振り返ってみましょう。

1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

歩道を通行するときは、
車道寄りを、徐行で！

車道の左端を通行！



車道は車も自転車も左側通行です。逆走は、正しく走行する車や自転車との衝突の危険が高まります。
通行区分違反 反則金 6,000 円

歩行者が最優先！
歩行者の妨げになる時は、一時停止＆押して歩きます。

歩道の中央から車道寄り
徐行は「すぐに停まれる速さ」



歩行者 Point!
横に広がって歩いたり歩きスマホをしたりせず、みんなが譲り合って歩こう！

歩道を通行してもよいとき

歩道通行可の標識や道路標示があるとき

13 歳未満の方、70 歳以上の方、一定の身体障がいのある方

車道通行の安全を確保できず、やむを得ないとき
*道路工事や連続した駐車車両等のため車道の左側を通行することが難しいときや、著しく自動車の交通量が多い、車道の幅が狭いなど、通行すると事故の危険があるとき

3 夜間はライトを点灯



夜間の走行には、前方を照らすライトと、後部に赤色の反射板が必要です。

無灯火 反則金 5,000 円



反射キーホルダーやテープなどの併用もオススメ！



4 飲酒運転は禁止



5 ヘルメットを着用



歩行者 Point!
車や自転車から見えやすいよう、夜間は歩行者も反射材を身に着けると安心です。

北区の交通安全の取り組み

北区交通安全運動推進委員会では、小学校や幼稚園、保育園、老人クラブなどで交通安全教室を開催しています。歩行者・自転車のルールやマナーを再確認することで、みんなが安心して暮らせるまちを目指しています。



北警察署から

北警察署交通第一課長の深井 正治です。
北区民の皆さま、今回の広報さっぽろの特集を見て、自転車の基本的なルールを守り、『事故に遭わない、事故を起こさない』ようにルールとマナーを守った楽しいサイクルライフを過ごしましょう。
「警察庁 自転車ルールブック」をご覧いただくと、より詳しい内容も分かりますよ。



- 問い合わせ
- 自転車のルールについて
札幌方面北警察署交通第一課 ☎ 727-0110
 - 交通安全の取り組みについて
北区役所地域安全担当係 ☎ 757-2403
北区交通安全運動推進委員会 ☎ 757-2483

自転車の安全運転については警察庁のホームページもご参照ください。

保健センターからのお知らせ

住民集団健康診査

申込不要

とき	ところ
5月14日(木) 9時30分～11時30分 13時30分～15時	北区民センター (北25西6)
5月18日(月) 9時30分～11時30分 13時30分～15時	新川地区会館 (新川1-4)
5月19日(火) 9時30分～11時30分 13時30分～15時	屯田地区センター (屯田5-6)
5月21日(木) 9時30分～11時	篠路西部会館 (篠路3-2)

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	
	中国残留邦人等支援給付世帯で40歳以上の方	無料
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は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください。
 健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181 FAX 757-1187

子育て講座「離乳食(中期食)」

「お豆腐くらいの固さって?」「栄養バランスはどうする?」離乳食(中期食)について、栄養士がお話しします。毎日がんばるパパ・ママの不安を解消して、お食事タイムをもっと楽しくしましょう!



とき 5月28日(木) 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 5月14日(木)9時～27日(水)17時に、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)

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

「食のボランティア講座～食生活改善推進員養成講座～」受講生募集

栄養や食品衛生について講義などで学びます。講座修了後は北区食生活改善推進員協議会へ入会し、親子料理教室や食育イベントの開催など、地域で食のボランティア活動を行います。

とき	ところ
6月8日(月) 13時30分～15時30分	北保健センター講堂 (北25西6)
6月15日(月) 13時30分～15時30分	
6月22日(月) 13時30分～15時30分	
7月3日(金) 10時～13時	
7月6日(月) 13時30分～16時30分	※7月3日のみ 北区民センター料理室(北25西6)
7月13日(月) 13時30分～15時30分	

申込 5月11日(月)～22日(金)に、地域保健一・二係へ電話またはファクス(ファクスの場合は、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入)

対象・定員 北区にお住まいの方 先着20人
料金 受講料無料。別途テキスト代1,700円

健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181 FAX 757-1187

胃がん・大腸がん・肺がん検診【3種類同時可】

とき 5月22日(金) 9時～11時
ところ 北保健センター1階(北25西6)

種類	対象	定員	料金
胃がん(バリウム)	50歳以上で偶数歳の方※1	先着25人	1,300円
大腸がん(検便)	40歳以上の方	先着40人	400円
肺がん(胸部エックス線)		なし	無料※2

※1 50歳以上で奇数歳の方は、直前の偶数歳のときに札幌市胃がん検診を受診していなければ対象です。
 ※2 医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円です。

料金減免の対象となる方	必要書類
70歳以上の方	生年月日が確認できる本人確認書類
65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方	マイナ保険証または資格確認書など
生活保護世帯の方	生活保護受給証明書
市・道民税非課税世帯の方	課税証明書
中国残留邦人等支援給付世帯の方	本人確認証

申込 5月14日(木)までに、地域保健一・二係へ電話またはファクス(希望する検診の種類、日付、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入)。肺がん検診のみの場合は申込不要。

健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181 FAX 757-1187

障がいのある方の地域の相談先 無料

障がいのある方やそのご家族からのさまざまな相談をお受けします。

受付時間 月曜日～金曜日(祝・休日を除く) 9時～17時

相談室	住所	連絡先	担当地区
という	北10西2	☎ 776-6109 FAX 776-6244	鉄西、幌北、新川、新琴似
ぼらりす	北21西5	☎ 757-1871 FAX 757-1872	北、麻生、新琴似西
ぼぶら	太平9-5	☎ 717-5520 FAX 717-5521	拓北・あいの里、篠路茨戸、屯田、太平百合が原

区分	相談員	連絡先	区分	相談員	連絡先
視覚	こんどう 近藤	☎ 090-8705-2274	内部	いわき 岩城	☎ 761-3225
	まつしま 松島	☎ 641-8853	難病	ほりかわ 堀川	☎ 090-9438-0606
聴覚	わたなべ 渡辺	FAX 757-1057	知的	こじま 小島	手をつなぐ育成会 (☎ 080-4328-5463) 上記で受付後、相談員から折り返し電話します。
	かわはら 川原	☎ 762-1107 FAX		ほり 堀	
肢体	みねざし 嶺岸	☎ 641-8853		☎…電話 FAX…ファクス	

保健福祉課相談支援一・二係 TEL 757-2465 FAX 736-5378



情報プラザ

5月11日(月)～6月10日(水)
 専用の記載がないイベントは参加費無料です。

北区高齢者教室「北親大学」受講生募集

高齢者の皆さんに健康で豊かな生活を過ごしていただくことを目的に、講義(趣味・教養)や実習(健康づくり)などを行います。
 ※日時・会場・内容などは変更になる場合があります。

とき 7月2日～10月22日の毎週木曜日
 9時30分～11時30分 ※8月13日は休講予定
ところ 北区民センター(北25西6)ほか
申込 5月11日(月)～30日(土)に北区民センターへ電話または直接窓口へ
定員 42人程度 ※多数時抽選
対象 北区にお住まいの65歳以上の方で、全期間を通して受講でき、初めて受講する方
料金 無料。一部実費負担があります。

北区民センター TEL 757-3511
 地域振興課地域活動担当係 TEL 757-2407

小学生広報記者



▲昨年の様子など詳しくはコチラ

今回は令和8年夏にオープン予定の「こども本の森 札幌・北大」を取材予定です!

内容 広報さっぽろ「北区民のページ」特集記事の作成体験(企画、取材、編集など)
活動場所 北区役所ほか
活動期間 7～9月の土日祝または夏休み期間中に計3回各半日程度
 初回は7月29日(水)～8月4日(火)の間に実施予定
参加資格 北区にお住まいか北区の学校に通う小学5、6年生
定員 4人 ※応募多数時は抽選
応募方法 右記コードから応募フォームにて▶
応募締切 6月30日(火)
 ※保護者の方と相談して応募してください
問い合わせ 総務企画課広聴係 TEL 757-2503

2026 春号
配布中!



あさぶじかん編集部

無料の地域情報誌「あさぶじかん」をご存じですか？

この冊子は地域の旬な情報や魅力を発信し、麻生の「いま」を届けています。今回は、発行人である覚王寺住職の内平淳一さん(写真左)と編集・執筆担当であるフリーライターのにしむら さちこさん(写真右)にお話を伺いました。



▲要望に合わせて
その場で作品を修
正するマナベさん

―編集部のメンバーは？
私たち2人の他に、デザイナーの小田小百合さん、羊毛フェルト作家のマナベハルミさん、表紙カメラマンの初瀬士朗さんの5人で主に活動しています。マナベさんの作品は人気で、表紙を見て「かわいい！」と手に取ってくれる人が多いんですよ。

―どのような情報を発信していますか？
麻生地区周辺のお店や施設、団体のほか、人物やちよつとした名所などを紹介しています。私たちも長くこの地域に住んでいます。取材で初めて知ることも多く、そういった情報をもっと地域の人たちに知ってほしいです。

―制作にあたってのこだわりは？
デジタル化が進む世の中ですが、この冊子は、実際に手に取り、紙ならではの温かみを感じながら見てほしいです。そのため、サイズを小さめにして移動時でも持ち運びしやすいようにしました。

―創刊のきっかけを教えてください。
覚王寺では、昔から地域交流を目的としたイベントを開催していたのですが、コロナ禍でそれができなくなってしまいました。そんな中、地域貢献として何かできないかと考え、無料の情報誌を作って地域の魅力を発信しようと令和3年に始めました。



あさぶじかん

春夏秋冬の
年4回発行

【配布場所(常設)】

- ①覚王寺(麻生町5)
 - ②あさぶ商店街インフォメーションコーナー(麻生町5 北海道銀行麻生支店ATMコーナー内)
 - ③麻生まちづくりセンター(北39西5)
 - ④新琴似図書館(新琴似7-4)
- ※区役所では配布しておりません

【連絡先】

覚王寺 TEL716-7917

―今後の意気込みを聞かせてください！
まずは少しでも長く発行を続けていきたいですね。また今年の秋には、表紙に使った羊毛フェルト作品を展示するなどの「あさぶじかん」をテーマにしたイベントを計画しています。そうして「あさぶじかん」をきっかけに人の輪がどんどん広まってくれたらうれしいです。

▼表紙デザインを考える小田さんとカメラマンの初瀬さん



最新号の表紙を飾る「いちご姫」

