

みなみ

みんなの健康を応援！
保健センター



<大人のための歯みがき教室>



<4か月児健診：身体測定>



<1歳6か月児健診：歯科健診>

「いつまでも健康でありたい！」と誰もが願っています。健康を保つには、定期的な健診のほか、日ごろから健康に関心を持つことが大切です。

今月は、皆さんの健康を守る強い味方「保健センター」を紹介します。

●編集 南区市民部総務企画課広聴係
〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目 ☎582-2400 内線224~226
南区のホームページ
<http://www.city.sapporo.jp/minami/>

<南区の人口・世帯数>
人口/147,618(-265)人
世帯数/ 65,400(-198)世帯
※平成22年(2010年)2月1日現在
()は前月比



子どもと保護者のために

<妊娠が分かったら届出を！>

妊娠が分かったら、妊娠届出書を保健センターに提出しましょう。
『母子健康手帳』、『妊婦一般健康診査受診票』、『予防接種のしおり』、
『母親・両親教室テキスト』、『マタニティマーク』をお渡します。



<妊婦健診は必ず受けましょう>

未受診妊婦の飛び込み出産は、母子ともに大変危険です。
安全な出産ができるように、定期的に妊婦健診を受けましょう（妊婦健診14回分の費用を助成します。
なお、一部助成の対象にならない検査項目もありますので、詳しくは医療機関にお尋ねください）。

健診・相談

■女性・妊産婦の健康相談

思春期から更年期までの女性のからだの悩みについての相談を行います。

■保健師による家庭訪問

お子さんの成長や育児などに心配のあるご家庭を対象に、保健師が訪問し、種々の相談を行います。

■妊産婦の歯科相談

■家庭訪問

生後4か月までの赤ちゃんがいるすべてのご家庭を保健センターの助産師・保健師が訪問して、育児の相談やアドバイスをを行います。

■乳幼児健康診査

4か月児・10か月児・1歳6か月児・3歳児の健診と育児相談を行っています。お子さんの成長や健康状態を確認するために、**必ず受診しましょう。**
※対象となる時期に、健診の案内をお送りしています。



■予防接種 (BCG・ポリオ)



妊娠

出産

1歳

2歳

3歳

教室・その他

■母親教室・両親教室

初めて出産を迎えるご夫婦を対象に、これから始まる赤ちゃんとの生活に備えて、出産の準備や育児の方法を学ぶ教室を開催します。



■チャレンジ虫歯ゼロセミナー (1歳6か月～2歳)

■母と子の歯っぴいセミナー (1歳)

■離乳期講習会 (初期、中期、後期)

■フレッシュママ交流会 (産後2か月～3か月)

■保育所への入所相談

保護者が働いているなど家庭で保育ができない就学前の乳幼児について、保育所への入所相談を行います。

■子育て情報室「ぽけっと」

絵本・紙芝居・ビデオなどの貸し出し、遊びの紹介をしています。
また、保育士が子育てに関する相談（直通 ☎588-5411）を受けていますので、気軽にご利用ください。



若者から高齢者のために

健診・相談

■胃がん・大腸がん検診

40歳以上で、職場などで受診していない方を対象に、胃がん・大腸がん検診を行います。



※開催日や会場、対象者、費用などは、「広報さっぽろ」や南区ホームページなどでお知らせします。

■住民集団健康診査

区内の町内会館などで、特定健康診査や後期高齢者健康診査、肺がん検診、健康相談を行います。



■特定保健指導

特定健康診査（札幌市国民健康保険に加入されている方）を受診された方で、「生活習慣改善の必要がある」と判定された方にアドバイスを行います。

■若者の性の健康相談

10代から20代の方の若者を対象に、性や性感染症、避妊等の悩みについて相談を行います。



教室・その他

それぞれ年2回程度、医師や管理栄養士、歯科衛生士の講話と実習などを取り入れた健康講座を開催します。開催日・内容・募集については、「広報さっぽろ」や南区ホームページなどでお知らせします。

■健康カアップセミナー

医師などによる講話と運動実技を行います。



■カロリー計算の達人教室

管理栄養士による講話と食事のカロリー計算を行います。



■大人のための歯みがき教室

歯科衛生士による講話と歯みがき実習を行います。



※このほか、「ウォーキング大会」や「野菜料理教室」、「男子厨房に入ろう！料理教室」、「健康講話」なども実施しています。

※健康診断や相談、教室などの詳細については、下記保健センターへお問い合わせください。

保健センターでは、他にもさまざまな仕事をしています



南保健センター ☎581-5211

所在地：南区真駒内幸町1丁目
(南区役所向かい)

開庁時間：午前8時45分～
午後5時15分

閉庁日：土・日曜日、祝・休日
及び12月29日～1月3日

母子・乳幼児関係

- ▶乳幼児精神発達相談

子育て

- ▶子育てサロンの紹介
- ▶ボランティア育成や講座等の開催
- ▶ひとり親家庭等の相談支援
- ▶児童虐待対策

高齢者・成人保健

- ▶歯科相談・在宅寝たきり高齢者訪問歯科診査

難病対策・医療費助成

- ▶難病患者等面接相談・訪問など
- ▶特定疾患、小児慢性特定疾患、未熟児、妊娠中毒症等への医療費助成

結核・感染症

- ▶結核検診
- ▶感染症の相談
- ▶予防接種の相談
- ▶HIV、エキノコックスの検査と相談

環境衛生・食品衛生

- ▶飲食店(食堂・喫茶)、食品販売店などの許可、立入検査・指導
- ▶スズメバチや衛生害虫の駆除・予防の相談・指導
- ▶食中毒調査
- ▶医師、看護師等医療従事者の免許申請の受付
- ▶調理師、製菓衛生師の受験願書、免許申請の受付



1/29 藤の沢小学校児童がFu'sで リュージュ体験！



▲緊張のスタート！

1/26 旧黒岩家住宅消防訓練



▲消火器で火元に放水！！

1/23 防火の意識を高めよう！



▲力を合わせて頑張ったね！

1/23 芸術の森地区雪あがりの祭典

芸術の森地区で「雪あがりの祭典」が行われました。これは、地域住民や大学生など、地域総ぐるみで準備した冬のお祭りで、札幌芸術の森や札幌市立大学などで、さまざまなイベントが開催されました。



▲よいしょっと！



▲常盤中学校吹奏楽部の演奏

札幌市立大学の学生も奮闘！！



▲アクセサリーなどの販売・
手作り体験のコーナー



▲手作りの
ファッションショー



▲会場をアートで演出！（札幌市立大学グラウンド）▲



川沿少年消防クラブが「消火栓の除雪活動」と「防火かるた大会」を行いました。「防火かるた」は子どもたち自らが作ったもの。「あっ火事だ！ あわてずいそいで 119番」など、防火にちなんだ内容を、楽しみながら学んでいました。

▼どこかなどこかな？



▲みんなで作った「かるた」だよ！

1/30～2/1 藻岩・南沢地区アイスクャンドル



▲キャンドルライトに照らし出された交通安全祈願雪だるま（南沢福祉会館前）



▲淡いともしびが夜道を美しく演出（藻岩北会館前）

2/6・7 澄川スノーフェスティバル



▲澄川駅前広場の滑り台は大人気！

2/10 スノーシューウォーキング大会



▲真駒内公園を「かんじき」で歩きました

2/8 高齢者と児童が雪遊びで交流！

老人ホーム宏楽苑で、入居者と石山小学校6年生の児童が雪遊びなどで交流しました。広場の滑り台は、啓北商業高校野球部員たちが3日間かけて作ったもの。ほかにも、玉入れや的当てなどで一緒に遊び、児童からたくさんの元気をもらいました。



広告

南区内の主な施設

| | |
|-----------------|-----------------------------------|
| 南区役所 | ☎582-2400 〒005-8612 真駒内幸町2丁目 |
| 南区土木センター | ☎581-3811 〒005-0031 南31条西8丁目 |
| 南保健センター | ☎581-5211 〒005-0014 真駒内幸町1丁目 |
| 定山溪まちづくりセンター | ☎598-2191 〒061-2302 定山溪温泉東3丁目 |
| 真駒内まちづくりセンター | ☎581-3025 〒005-0014 真駒内幸町2丁目 |
| 石山まちづくりセンター | ☎591-8734 〒005-0842 石山2条2丁目 |
| 簾舞まちづくりセンター | ☎596-2059 〒061-2263 簾舞3条6丁目 |
| 藤野まちづくりセンター | ☎591-7041 〒061-2282 藤野2条7丁目 |
| 藻岩まちづくりセンター | ☎571-6121 〒005-0808 川沿8条2丁目 |
| 藻岩下まちづくりセンター | ☎581-2001 〒005-0034 南34条西9丁目 |
| 澄川まちづくりセンター | ☎821-8585 〒005-0003 澄川3条2丁目 |
| 芸術の森地区まちづくりセンター | ☎592-7009 〒005-0850 石山東7丁目 |
| 南清掃事務所 | ☎583-8613 〒005-0861 真駒内602番地30 |
| 南消防署 | ☎581-2100 〒005-0014 真駒内幸町1丁目 |
| 南区体育館 | ☎571-5171 〒005-0804 川沿4条2丁目 |
| 澄川図書館 | ☎822-3730 〒005-0004 澄川4条4丁目 |
| 南区民センター | ☎584-2100 〒005-0014 真駒内幸町2丁目 |
| 藤野地区センター | ☎592-2002 〒061-2282 藤野2条7丁目 |
| もいわ地区センター | ☎572-5733 〒005-0808 川沿8条2丁目 |
| すみかわ地区センター | ☎818-3035 〒005-0004 澄川4条4丁目 |

南区役所

☎(582)2400

絵本のリサイクル

ご家庭で眠っている絵本をお譲りください。幼児期から絵本に親しむ環境づくりを進めるために、乳幼児関連施設で活用します。

本の種類 乳幼児向け絵本(破損、汚損のないもの)。※図鑑・月刊誌を除く。

受付期間 3月11日(木)～18日(木)(土・日曜日除く。午前8時45分～午後5時15分)に直接左記へ。

詳細 健康・子ども課子育て支援係(南保健センター2階)
☎(588)5411

胃がん・大腸がん検診

検診日 3月26日(金)
受付 午前8時45分～10時。

会場

南保健センター。

対象

40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用

胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療被保険者の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法

事前に左記へ予約(電話可)。

申込・詳細

健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

もいわ地区センター

☎(572)5733

もいわファミリリー

コンサート

藻岩中学校吹奏楽部による演奏をお楽しみください。

日時 3月28日(日)午前10時30分(開場午前10時)。

会場

もいわ地区センター。

費用

無料。

申込方法

当日直接会場へ。

藤野地区センター

☎(592)2002

図書室行事

▽おはなしの会

・3月20日(土)、27日(土)、4月3日(土)。午前11時。

▽子ども映画会

・3月13日(土)午前11時。
『ジャングル大帝』忠生巨。
・4月10日(土)午前11時。
『くまのプーさん』はちみつ。

行事のお知らせ

▽わらべうた・お話の会

・3月11日(木)午前10時30分。
『もぐらどん』。

・4月8日(木)午前10時30分。
『たんぽぽ』。

▽お話の会

・3月13日(土)午後1時50分。
『もりのてがみ』。

・3月20日(土)午後1時50分。
『はるのおはなし』。

・4月3日(土)午後2時30分。
『ともだちみつけた』。

・4月10日(土)午後1時50分。
『どうぶつサーカス』。

▽子ども映画会

・3月13日(土)午後2時30分。
『はしれいちばんぼし』。

・3月20日(土)午後2時30分。
『999ひきのきょうだい』。

川への雪捨て、川に近づくと水が流れる原因は？

川に雪を捨てると水が流れる原因は、川が雪や氷を捨てないようになり、川に近づかないでください。

詳細 建設局河川管理課 ☎818-3415

■南区体育館4月開講スポーツ教室受講生募集!

●一般スポーツ教室 (16歳以上対象)

【詳細】 南区体育館 ☎571-5171

| 種 目 | 回数 | 定員 | 曜日 | 時 間 | 受 講 料 | そ の 他 ・ 申 込 | |
|--------------------|--------|-----|------|------------------|--------------------------------|---|--|
| 卓 球 | 入門/初級 | 10回 | 各15人 | 火 | 午前9時～11時 | 7,000円(5,600円) | ・受講料()は65歳以上の方(受講期間中に65歳になる方を含む)と障がいのある方の料金です。証明書類(敬老手帳、障害者手帳、免許証など)をお持ちください。 |
| | 初中級/中級 | 10回 | 各15人 | 火 | 午前11時～午後1時 | | |
| | 初中級 | 10回 | 15人 | 水 | 午前9時～11時 | | |
| | 中級A/B | 10回 | 各15人 | 水 | 午前9時～11時 | | |
| バドミントン | 中上級 | 10回 | 10人 | 水 | 午前11時～午後1時 | 8,900円(7,100円) | ・受講の際には、毎回施設利用料が必要です(高校生以上)。 |
| | 初・中級 | 10回 | 30人 | 水 | 午前10時～正午 | 7,000円(5,600円) | |
| テ ニ ス | 基礎 | 10回 | 10人 | 水 | 午前9時30分～11時 | 7,400円(6,000円) | ・託児サービスは、1歳～未就学児童が対象です(定員15名)。 |
| | 初 級 | 10回 | 10人 | 水 | 午前11時～午後0時30分 | | |
| | 初中級A | 10回 | 10人 | 金 | 午前9時～10時30分 | | |
| | 初中級B | 10回 | 10人 | 金 | 午前10時30分～正午 | 8,900円(7,100円) | |
| | 初中級 | 10回 | 10人 | 土 | 正午～午後1時30分 | | |
| | 中 級 | 10回 | 10人 | 月 | 午後7時15分～8時45分 | | |
| | 中上級 | 10回 | 10人 | 月 | 午後7時～8時45分 | | |
| 上 級 | 10回 | 10人 | 金 | 午後1時～2時45分 | 7,400円(6,000円) | | |
| ソフトテニス | 10回 | 20人 | 金 | 午前10時～11時30分 | 7,400円(6,000円) | | |
| ゴ ル フ | 基礎A | 9回 | 26人 | 土 | 午前11時30分～午後1時 | 8,900円(7,100円) | |
| | ハイテクA | 9回 | 13人 | | 午後1時30分～3時30分 | 12,500円(10,000円) | |
| | ハイテクB | 9回 | 13人 | | 午後1時30分～3時30分 | | |
| シェイプアップエアロ | 15回 | 30人 | 月 | 午前10時45分～午後0時15分 | 7,700円(6,200円) | 【申込方法】 3月15日(月)までに電話または直接申し込み。 定員を超えた場合は、3月18日(木)午後2時から抽選。抽選結果は3月18日(木)午後3時～25日(木)に電話または直接確認。 3月19日(金)午前9時～25日(木)までに受講料を納入。 定員に満たない場合は、3月20日(土)午前9時から先着順で受け付け(電話または直接申し込み)。 | |
| 背骨コンディショニング | 15回 | 30人 | 月 | 午後1時30分～3時 | | | |
| スッキリ☆シェイプ | 15回 | 30人 | 月 | 午後7時30分～8時45分 | | | |
| はじめての社交ダンス | 11回 | 20人 | 火 | 午前11時～正午 | 6,700円(5,300円) | | |
| やさしいヨガ | | 30人 | 火 | 午前10時～11時30分 | 5,600円(4,500円) | | |
| | | 30人 | 金 | 午後1時～2時30分 | | | |
| リズムD.Eボディメイク | 11回 | 30人 | 水 | 午前10時～11時30分 | 6,700円(5,300円) | | |
| 骨盤ビューティーストレッチ | 11回 | 20人 | 水 | 午前11時45分～午後1時 | | | |
| バレエエクササイズ | 昼 | 11回 | 20人 | 木 | 午前11時30分～午後1時 | 5,600円(4,500円) | |
| | 夜 | 11回 | 20人 | 水 | 午後7時15分～8時45分 | | |
| 奥様健康体操 | A | 11回 | 30人 | 木 | 午前9時50分～11時20分 | 6,700円(5,300円) | |
| | B | 11回 | 30人 | 木 | 午前11時25分～午後0時55分 | | |
| ナニ アロハ | 11回 | 20人 | 木 | 午前10時～11時 | 6,700円(5,300円) | | |
| スモールボール&ピラティス | 11回 | 25人 | 木 | 午後7時30分～8時45分 | 6,100円(4,800円) | | |
| 健 美 操 | 11回 | 30人 | 金 | 午前9時30分～11時 | 5,600円(4,500円) | | |
| らくらくステップ&リズムウォーキング | 11回 | 30人 | 金 | 午前11時15分～午後0時30分 | 5,600円(4,500円) ※託児付き12,750円 | | |

●キッズ・ジュニアクラブ (対象年齢・学年は4月1日現在)

| 種 目 | 対 象 | 回数 | 定員 | 曜日 | 時 間 | 受 講 料 | そ の 他 ・ 申 込 |
|------------------|-------|-----|-----|-----|---------------|---------|--------------|
| ジュニア卓球クラブ | 小3～6 | 30回 | 15人 | 月 | 午後4時15分～6時 | 25,200円 | 一般スポーツ教室と同様。 |
| フットサルクラブ | 小1～6 | 45回 | 30人 | 火 | | 37,800円 | |
| ジャズダンスクラブ | 小1～3 | 45回 | 20人 | 火 | 午後4時30分～6時 | 32,700円 | |
| | 小4～中3 | | 20人 | | 午後6時～7時30分 | | |
| バドミントンクラブ | 小1～中3 | 90回 | 30人 | 水・金 | 午後4時15分～6時 | 75,500円 | |
| 新体操クラブ | 小1～3 | 45回 | 20人 | 木 | 午後4時20分～5時50分 | 40,200円 | |
| | 小4～中3 | | 20人 | | 午後5時50分～7時20分 | | |
| テニスクラブ | 小1～3 | 40回 | 10人 | 木 | 午後3時～4時30分 | 35,700円 | |
| | 小4～6 | 30回 | 20人 | 月 | 午後4時30分～6時 | 26,800円 | |
| | | 40回 | 20人 | 木 | 午後4時30分～6時 | 35,700円 | |
| バレエクラブ | 中1～高3 | 10回 | 10人 | 土 | 午後5時30分～7時 | 7,400円 | |
| バスケットボールクラブ | 小1～6 | 45回 | 20人 | 金 | 午後4時30分～6時 | 32,700円 | |
| | 小1～3 | | 15人 | | 水 | | 午後4時5分～5時50分 |
| たのしくHIPHOP | 小4～6 | 45回 | 30人 | 金 | 午後4時15分～6時 | 37,800円 | |
| キッズ体操・トランポリンクラブ | 小1～6 | 45回 | 20人 | 水 | 午後4時15分～5時15分 | 32,700円 | |
| ジュニア体操・トランポリンクラブ | 小1～6 | 45回 | 30人 | 火 | 午後2時15分～4時 | 47,800円 | |
| | | | 30人 | | 木 | | 午後4時15分～6時 |
| げんきキッズ | 2歳児と親 | 10回 | 15組 | 金 | 午後3時～4時 | 6,400円 | |
| | | | 20回 | | 20人 | 午後4時～5時 | 12,800円 |

■児童会館だより

幼児は保護者と一緒に参加してください。体育室で行う行事には上靴が必要です。

| 会館名 | 行 事 名 | 日 時 | 対 象 | 事 前 申 込 | 連 絡 先 |
|------------------|-------------------------------|----------------------------------|----------------|---------------------------------------|-----------------------|
| 澄 川 (※) | ミュージカル 「おおいーともち！」 | 3月26日(金) 午後1時30分～2時30分 | 幼児以上 | 自由参加。 | 澄川4条6丁目 ☎831-6150 |
| 真駒内 | あそぼう あそぼう ～ジャック・イン・ザ・ボックス～ | 3月25日(木) 午後2時～4時 | 小1～6 | 自由参加。お楽しみ会です。 持ち物：上靴。 | 真駒内本町3丁目 ☎584-3336 |
| 真駒内 五輪 (※) | 復活ボンパキング | 3月25日(木) 午後2時～3時30分 | 小1～6 | 自由参加。 持ち物：上靴。 | 真駒内泉町3丁目 ☎581-1823 |
| 藻 岩 (※) | かたき大会 | 3月26日(金) ①午後2時～3時 ②午後3時～4時 | ①小1～3 ②小4～6 | 3月19日(金)午後4時から申し込み受け付け。 持ち物：上靴。 | 川沿8条2丁目 ☎571-8616 |
| 南の沢 (※) | おはなし&リズム♪ | 3月12日(金) 午前10時30分～11時30分 | 幼児と その保護者 | 自由参加。 読み聞かせとリズム遊び。 | 南沢4条2丁目 ☎571-2909 |
| 石 山 (※) | シネマ石山 | 3月31日(水) 午後2時～4時 | 来館者 全 員 | 自由参加。 みんなで映画を見ましょう。 | 石山2条4丁目 ☎591-7730 |
| 常 盤 (※) | スプリングコンサート | 3月30日(火) 午後2時～3時 | 幼児以上 | 自由参加。地域の中学校吹奏楽部や子どもたちによる楽しい音楽コンサートです。 | 常盤2条2丁目 ☎592-6091 |
| 藤 野 (※) | ちびっこ映画会 | 3月13日(土) 午後2時～4時 | 幼児以上 | 自由参加。 | 藤野2条8丁目 ☎592-1532 |
| みすまい | HAPPY TIME ～おいしいおやつと映画会～ | 3月26日(金) 午後2時～4時 | 幼児以上 | 3月18日(木)まで前売りチケット販売。当日のチケット販売はありません。 | 簾舞3条6丁目 ☎596-3911 |

※印の児童会館では、中学・高校生の皆さんのために夜間開放をしています。詳細は各会館へ。



引っ越しの季節です。

届け出をお忘れなく！

表中の※印は、届け出時にお持ちいただくものです。ご不明な点は電話で確認の上、ご来庁ください。南区役所

☎(582)2400

| 届け出の内容 | | 転出（南区から市外へ） | 転入（市外から南区へ） | 札幌市内・南区内での転居 |
|--------------------------------|--|--|--|--|
| 住民票・印鑑登録・転校など (戸籍住民課) | 住所の異動 | 転出届 転出前、または転出後14日以内に届け出。転出証明書を発行します（新住所地で転入の届け出をしてください） ※届け出人の本人確認書類（免許証など） | 転入届 住み始めてから14日以内に届け出 ※届け出人の本人確認書類（免許証など）、転出証明書（前住所地で発行）を持参 | 転入・転居届 住み始めてから14日以内に新住所地の区役所へ届け出（転出届の必要はありません） ※届け出人の本人確認書類（免許証など） |
| | | 転出先の住所（少なくとも市区町村まで）の記載が必要です | 新住所の番号（○番○号）または番地（○番地○）、マンションなどの場合はその名称・部屋番号まで確認の上、届け出 | |
| | | 住民基本台帳カードをお持ちの方は、事前にご相談ください | | |
| 印鑑登録 | 印鑑登録証の返還 登録は転出届に伴い廃止になります ※印鑑登録証 | 必要な方は新たに登録手続き ※登録する印鑑、所定の本人確認書類(事前にお問い合わせください) | すでに札幌市内で印鑑登録をされている方は、転入・転居届に伴い住所が変更されます | |
| 転校（小・中学校） | 在学証明書・教科書給付証明書を今までの学校から受け取り、引っ越し先の市区町村で手続き | 入校票（新入学児童・生徒については入学通知書）を発行しますので、前の学校が発行した在学証明書・教科書給付証明書とともに新しい学校に提出 | | |
| 国民健康保険 | 脱退の手続き、保険証の返還（転出前に） ※国民健康保険被保険者証 | 加入される方は加入手続き 住み始めてから14日以内に届け出 ※預金通帳と通帳使用印、届け出人の本人確認書類（免許証など） | 住所変更手続き 住み始めてから14日以内に新住所地の区役所へ届け出 ※国民健康保険被保険者証 | |
| 後期高齢者医療 | [道外へ転出する場合] 脱退の手続き、保険証の返還（転出前に） ※後期高齢者医療被保険者証 [道内他市町村へ転出する場合] 住所変更手続き 新住所地の市町村で住所変更手続き ※後期高齢者医療被保険者証 | [道外から転入した場合] 加入申請の手続き 住み始めてから14日以内に届け出 ※負担区分等証明書 [道内他市町村から転入した場合] 住所変更手続き 住み始めてから14日以内に届け出 | 住所変更手続き 住み始めてから14日以内に新住所地の区役所へ届け出 ※後期高齢者医療被保険者証 | |
| 介護保険 | 脱退の手続き、保険証の返還（転出前に） ※介護保険被保険者証 | 新たに加入手続き 住み始めてから14日以内に届け出 ※受給資格証明書（前住所地で認定を受けていた方のみ） | 住所変更手続き 住み始めてから14日以内に新住所地の区役所へ届け出 ※介護保険被保険者証 | |
| 国民年金 | 加入者 | 新住所地の市区町村で確認をしてください ※年金手帳 | 転入届の提出に伴い変更されますので届け出不要 | 転入・転居届の提出に伴い変更されますので届け出不要 |
| | 受給者 | 受給している年金の種類によって手続き方法が異なります 詳細は、区役所保険年金課（内線397～399）か札幌西年金事務所（ねんきんダイヤル0570-05-1165）または各共済組合へお問い合わせください | | |
| 児童手当 | 資格喪失の手続き | 新たに申請手続き 転出予定日から15日以内に届け出 ※所得証明書、預金通帳、健康保険証 | 転入・転居届に伴い住所が変更されます。ただし、電話番号が変更になる場合は届け出 | |
| 児童扶養手当 特別児童扶養手当 | 住所変更手続き ※手当証書 | 住所変更手続き ※所得証明書、手当証書 | 住所変更手続き 新住所地の区役所へ届け出 ※手当証書 | |
| 身体障害者手帳 療育手帳 精神障害者保健福祉手帳 | 新住所地で住所変更手続き（福祉乗車証、福祉タクシー利用券、各種乗車券、自動車燃料助成券の返還） | 住所変更手続き ※手帳、印鑑、本人の顔写真（身体障害者手帳の場合は不要） | 住所変更手続き 新住所地の区役所へ届け出 ※手帳、印鑑 | |
| 各種医療費の助成（子ども・重度障がい・ひとり親家族） | 受給者証の返還 ※受給者証 | 新たに申請手続き ※健康保険証、所得証明書、重度障がいの方は身体障害者手帳など | 住所変更手続き 新住所地の区役所へ届け出 ※受給者証 | |
| 敬老手帳 ※65歳以上の方 | 敬老手帳の返還 ※敬老手帳 | 新たに交付手続き ※健康保険証など生年月日を確認できるもの | ご自分で新住所を記入してください | |
| 敬老優待乗車証（敬老パス） ※70歳以上の方 | 1万円単位の乗車証が未使用の場合、5月31日までに手続きをしないと納入金が返還されます ※敬老パス、印鑑、預金通帳 | 転入時期により交付時期が異なります。交付の際は案内通知をお送りします | そのままご利用ください | |
| 原動機付自転車（125cc以下） | 廃車手続き ※印鑑、運転免許証、ナンバープレート、標識交付証明書 | 新規登録手続き ※印鑑、運転免許証、廃車証明書（またはナンバープレートと標識交付証明書） | 転入・転居届に伴い住所が変更されます | |
| 固定資産税 | 転出届に伴い住所が変更されます | 土地や建物の所在する市区町村へすみやかに住所変更の手続きをしてください（電話・はがきでも可） | 転入・転居届に伴い住所が変更されます | |