白石区からのお知らせ

5月11日からの情報を掲載しています。
費用の記載のないものは全て無料です。

市コールセンター☎222-4894

白石保健センターから

◎ヘルスアップ教室～生活習慣を振り返り、一緒に運動始めましょう♪～

歯周病予防や生活習慣の講話と、ウオーキングなどの運動実技があります。

日時 5月17日(金)、29日(水)13時30分～15時40分。全2回。
対象 区内にお住まいの40歳以上で、運動に支障のない方。
定員 25人（先着順）。
申込 5月13日(月)から電話か窓口で。受付時間は9時～17時（土・日曜を除く）。

◎ライラックウオーキング会

川下公園や北郷緑道など、約6kmのコースを歩きます。

日時 6月7日(金)9時30分～12時。
会場 川下公園（川下2651）壁（へき）泉前集合。
対象 区内にお住まいの方。
定員 80人（先着順）。
申込 5月13日(月)～6月5日(水)の9時～17時に電話か窓口で（土・日曜を除く）。

◎食生活改善推進員養成講座

栄養の知識や食品衛生など食生活に役立つ内容を学びます。講座終了後は食生活改善推進員として、食育ボランティア活動を行います。

日時 6月10日(月)、18日(火)、24日(月)、7月2日(火)、16日(火)、19日(金)9時15分～12時15分（7月2日は9時30分～13時30分）。全6回。
対象 区内にお住まいの方。
定員 30人（先着順）。
費用 教材費実費。
申込 5月13日(月)から電話か窓口で。受付時間は9時～17時（土・日曜を除く）。

◎両親教室

赤ちゃんの人形を使った沐（もく）浴の実習などがあります。

日時 6月14日(金)18時20分～20時30分。
対象 初妊婦とその配偶者。
定員 45組（先着順）。
申込 5月27日(月)から電話で。受付時間は9時～17時（土・日曜を除く）。

◎胃がん・大腸がん検診（予約制）

日時 5月27日(月)、6月24日(月)8時45分～10時。
対象 区内にお住まいの40歳以上の方（職場などで受診できる方を除く）。
費用 胃（バリウム）700円。大腸（検便）400円。
申込 検診日の10日前までに市コールセンターへ（☎(222)4894、FAX(221)4894、Eメールinfo4894@city.sapporo.jp）。受付時間は8時～21時。
その他 70歳以上、後期高齢者医療制度に加入、生活保護・支援給付世帯、市民税非課税世帯の方は、費用の免除制度があります。

◎住民集団健康診査

日時・会場 左表の通り。予約は不要です。
健診種目 健康診査、胸部X線検査、緊急肝炎ウイルス検査。
対象 市内にお住まいで、国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入、生活保護・支援給付世帯の40歳以上の方など。
その他 費用などの詳細は、受診券・パンフレットなどでご確認ください。
申込先・詳細 白石保健センター☎(862)1881

実施日	受付時間	会　場
5月14日(火)	9時30分～11時	北白石地区センター
	13時30分～14時30分	小林会館（栄通8丁目）
5月28日(火)	9時30分～11時30分 13時30分～15時	白石区民センター
6月12日(水)	9時～11時 13時30分～15時	北都地区会館（北郷3条12丁目）

※健康診査には受診券と健康保険証（生活保護世帯の方は受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認証のみ）が必要です。健康診査以外の検査には住所・氏名・年齢が確認できるものをお持ちください。
※市の指定する医療機関などでの健康診査では、胸部X線検査を実施しません。希望する方は住民集団健康診査会場で受けられます。

白石区役所関係

白石区役所 本郷通3丁目北	☎861-2400
白石保健センター 本郷通3丁目北	☎862-1881
白石区土木センター 本通14丁目南	☎864-8125

まちづくりセンター

白　石 本通1丁目南	☎861-8270
東白石 本通13丁目南	☎861-9262
東札幌 東札幌2条4丁目	☎811-9355
菊　水 菊水7条2丁目	☎811-9445
北白石 北郷2条3丁目	☎874-0293
北東白石 北郷3条12丁目	☎875-3077
白石東 本通18丁目南	☎862-0813
菊の里 菊水元町8条1丁目	☎871-2355

その他の施設・機関

白石区民センター 本郷通3丁目北	☎861-3100
北白石地区センター 北郷3条7丁目	☎874-8232
白石東地区センター 本通16丁目南	☎866-3000
菊水元町地区センター 菊水元町5条2丁目	☎872-7600
白石区保育・子育て支援センター（ちあふる・しろいし）本郷通3丁目北	☎868-3160
東部市税事務所 厚別区大谷地東2丁目 交通局庁舎1・2階	☎802-3912
白石清掃事務所 東米里2170	☎876-1753
東札幌図書館 東札幌4条4丁目	☎824-2801
白石区体育館 南郷通6丁目北	☎861-4014
白石消防署 南郷通6丁目北	☎861-2100

白石区の人口・世帯数

人　口	207,272人	(+194)
世帯数	104,262世帯	(+372)

※平成25年4月1日現在（前月比）

白石区内の交通事故・火災件数

	発生	死者	負傷者
交通事故	242件(+33)	0人(±0)	253人(+17)
火　災	12件(−10)	0人(−1)	7人(+2)

※平成25年1月1日～4月15日（前年比）