

北保健センターのおすすめランチ

7月14日(月)～20日(日) 11時～14時

札幌サンブラザレストラン(北24西5)《900円(税込)》

●メニュー 肉団子の甘酢あん、韓国風サラダ、エビとトマトの玉子炒め、ご飯、スープ(野菜使用量121g、エネルギー631kcal)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



子育て情報

出前子育て相談(ピンポ〜ン こんにちは)《無料》

子育てで困っていること、不安なことはありませんか。保育士がご家庭を訪問し、相談をお受けします。

●対象 0歳から就学前のお子さんの保護者

●訪問日時は、土・日、祝・休日、12月29日～1月3日を除く10時～16時の間で1時間程度

●申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎756-0874(相談専用電話)



国民健康保険情報

国民健康保険料 休日・夜間納付相談

7月27日(日) 10時～15時

7月25日(金)、28日(月)～31日(木) 17時15分～19時30分

北区役所1階①窓口(北玄関(休日夜間通入口)をご利用ください)

●必要書類 国民健康保険料納付通知書、印鑑、現在の収入が分かるもの(給与明細など)、納付が困難なことを証明するもの(返済の予定表、請求書など)

■詳細 保険年金課収納一・二係 ☎757-2493



北部市税事務所から

市税 夜間納税相談

7月17日(木)、24日(木)、31日(木)、8月7日(木) 17時15分～20時

中央区北4西5 アスティ45 9階

毎週木曜日(祝日を除く)に、夜間納税相談を行っています。ご利用ください。

■詳細 北部市税事務所納税課納税係 ☎207-3913



建設局河川管理課から

篠路川クリーンアップ作戦

7月16日(水) 10時～12時(小雨決行)

東茨戸橋(山口茨戸連絡線道路橋)(篠路町篠路391-5)

河川敷を散策しながら、ゴミ拾いや草刈りを行います。

●当日、直接会場へ(申し込み不要)

■詳細 建設局河川管理課 ☎818-3415

広告

住民集団健康診査

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	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
	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(医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円)
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

●健康診査受診時には、受診券と健康保険証(生活保護世帯の方は生活保護受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認書)を必ず持参してください

●健康診査以外の検診は受診券は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものを持参してください

●当日、直接会場へお越しください

月日	実施時間	会場
7月11日(金)、18日(金)	9時～11時	麻生地区会館(北39西5)
	13時30分～15時	
7月22日(火)	13時30分～15時	新川地区会館(新川1-4)
7月30日(水)	13時30分～15時	札幌創成高等学校(北29西2)
8月4日(月)	9時30分～11時	光陽小学校(新琴似5-11)
	13時30分～15時	拓北ひまわり会館(拓北7-3)
8月10日(日)	9時～11時	篠路コミュニティセンター(篠路3-8)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

北区食育展

7月24日(木)、25日(金) 13時～17時

札幌サンブラザふれあい広場(北24西5)《無料》

●内容 1日に取りたい野菜の量を実際に計測し、食べ方の工夫や調理のこつを北区食生活改善推進員がアドバイスします。人気の学校給食レシピの配布などもあります。ノースロード24フェスタと同時開催

●申込 当日、直接会場へ

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

