

11/11(火)

12/10(水)

北 部 市 税 務 所 か ら

市税 夜間納税相談

11月13日(木)、20日(木)、27日(木)、12月4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

保 健 セ ン タ ー か ら

北保健センターのおすすめランチ

11月10日(月)～16日(日) 11時～14時
札幌サンプラザレストラン(北24西5)《900円(税込)》

●メニュー 豚肉とカボチャの炒め物、いか団子のカニ身あんかけ、サラダ、ご飯、みそ汁(野菜使用量137g、エネルギー652kcal)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

げんきアップ教室《全2回》《無料》

月日	会場	内容
12月5日(金)	プラザ新琴似(新琴似7-4)	保健師からの講話 高血圧予防の運動
12月19日(金)		管理栄養士、歯科衛生士からの講話 高血糖予防の運動

●対象・定員 区内にお住まいの40～64歳で、運動に支障のない方(原則2回とも参加できる方限定)・先着20人

●申込・詳細 11月28日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

北区健康づくり協議会10周年記念講演会 「コンサドーレから学ぶ健康づくり」《無料》

12月13日(土) 10時～11時30分
札幌サンプラザ2階高砂の間(北24西5)

同協議会の発足10周年を記念し、協議会の紹介と講演会を行います。

●講師 野々村 芳和氏(株北海道フットボールクラブ(コンサドーレ札幌)代表取締役社長)

●対象・定員 区内にお住まいの方・先着200人

●申込・詳細 11月23日(祝)～12月7日(日)に市コールセンター ☎222-4894

胃がん・大腸がん検診(予約制)

11月28日(金) 9時～10時《胃がん700円/大腸がん400円》両方の受診可
札幌サンプラザ1階ふれあい広場(受け付け)(北24西5)

●対象・定員 区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方・先着50人

●70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方、支援給付世帯の方は費用が免除されますので、保険証や生活保護受給証明書、課税証明書などの証明できる書類をお持ちください

●検査日1週間前までに、北保健センターへ検査セットを取りにお越しください

●申込・詳細 11月21日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

北区役所(北24西6)

☎757-2400<代表番号>
※北区役所の各課・係の電話番号は「きた1ページ」をご覧ください

区 役 所 か ら

東茨戸パークゴルフ場維持管理団体募集

地域住民団体の自主運営施設である東茨戸パークゴルフ場(36ホール)の維持管理の担い手を募集します。

●申込資格 営利を目的としない地域に根差した区内の団体で、18ホール以上のパークゴルフ場の維持管理を過去5年間に2年以上続けた実績があることなど(詳しくは募集要項を参照)

●募集要項 11月11日(火)から北区役所3階地域振興課で配布

●申込・詳細 12月19日(金)までに地域振興課地域活動担当係 ☎757-2407

第34回北区障がい児童文化作品展の作品募集

北区役所1階ロビーで行う、障がい児童文化作品展(12月1日(月)～5日(金))の作品を募集します。

●対象 区内にお住まいで、障がいのある小・中学生

●募集作品 絵・工作・書道など、どのような作品でも結構です

●申込・詳細 11月25日(火)までに保健福祉課福祉支援一係 ☎757-2464

障がいのある方の地域の相談先《無料》

受付時間：月曜日～金曜日(祝日を除く)9時～17時

障がいのある方や、そのご家族の方からのさまざまな相談をお受けします。

相談室	住所	連絡先			
つぼみ	北26西3	☎299-7246 F 299-7240			
ぼらりす	北21西5	☎757-1871 F 757-1872			
らっく	北38西4	☎769-0981 F 214-0904			
区分	相談員	連絡先	区分	相談員	連絡先
視覚	近藤	☎090-8705-2274	肢体	松田	☎F 762-0791
	田中	☎771-2562		檜原	☎F 762-0729
聴覚	渡辺	F 757-1057		和崎	☎F 771-8421
	中山	☎F 764-2824		後藤	☎F 757-3950
内部的	小島	☎080-4581-7642		高橋	☎F 717-0920
	堀	☎080-4581-7643		☎…電話 F…FAX	

■詳細 保健福祉課福祉支援一係 ☎757-2464

国 民 健 康 保 険 情 報

国民健康保険料 休日・夜間納付相談

11月30日(日) 10時～15時

11月25日(火)～28日(金) 17時15分～19時30分

北区役所1階①窓口(北玄関(休日夜間通用口))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