



このロゴは札幌放送芸術専門学校 杉山笑梨さんの作品です

<http://www.city.sapporo.jp/chuo/>

放送予定

「中央区長就任のごあいさつ」(5/16)

「子育て中のカラスにご注意!」(5/23) ほか

2016

地域FM番組

「中央区だより」毎週月曜11時30分～11時40分
ラジオカロスサッポロ (FM78.1MHz)

編集：中央区市民部総務企画課広聴係

〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目

☎011-205-3216 ㊟011-231-6539

自転車

マナーをもう一度!



すっかり暖かくなり、自転車に乗って出掛ける機会も多くなるこの季節。

自転車は、気軽に乗れて便利な一方、ルールを守らないと重大な事故につながってしまう危険性もある乗り物です。

いま一度、自転車利用のルールやマナーを確認し、安全・安心に、楽しく自転車に乗りましょう!



区長就任のごあいさつ

このたび、4月1日付で中央区長に就任いたしました。

区民の皆さまに、この中央区を「自分たちのまち」として誇りや愛着を持っていただけるよう、職員一同、皆さまに信頼される区役所づくりを目指すとともに、皆さまと力を合わせてまちづくりに取り組み、活力と笑顔あふれる中央区を創っていただけるよう精一杯努めてまいります。

今後ともご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。



中央区長 木内 二朗 (きうち じろう)

中央区役所関連施設

【市コールセンター ☎222-4894】

- 中央区役所 (南3西11) (代表) ☎231-2400
- 中央保健センター (南3西11) ☎511-7221
- 中央区土木センター (北12西23) ☎614-5800
- 中央清掃事務所 (南30西8) ☎581-1153
- 中央区民センター (南2西10) ☎271-1100
- 旭山公園通地区センター (南9西18) ☎520-1700

- 本府・中央 (北1西2)
- 東北 (北2東2)
- 苗穂 (北1東10)
- 東 (南2東6)
- 豊水 (南8西2)
- 西創成 (南5西7)
- 曙 (南11西10)

まちづくりセンター

- ☎251-6353
- ☎251-8119
- ☎261-3669
- ☎241-1696
- ☎521-0204
- ☎521-2384
- ☎511-0116
- 山鼻 (南23西10) ☎511-6371
- 幌西 (南11西14) ☎561-3256
- 西 (南6西13) ☎561-7124
- 南円山 (南9西21) ☎561-2472
- 円山 (北1西23) ☎611-3367
- 桑園 (北7西15) ☎621-3405
- 宮の森 (宮の森2-11) ☎644-8760

----- 中央区役所の主な課・係 (8時45分～17時15分 (土・日曜、祝・休日、年末年始を除く)) -----

総務企画課	☎205-3205	戸籍住民課	☎205-3232	福祉支援係	☎205-3304	保険年金課	☎205-3341
庶務係	☎205-3205	戸籍係	☎205-3238	保健支援係	☎205-3305	給付係	☎205-3342
地域安全担当	☎205-3206	住民記録係	☎205-3302	相談担当係	☎205-3306	保険係	☎205-3343
選挙係	☎205-3216	保健福祉課	☎205-3303	健康・子ども課	☎511-7221	収納一・二係	☎205-3344
広聴係	☎205-3221	地域福祉係	☎205-3302	(保健センター内)		年金係	
地域振興課	☎205-3222	福祉助成係	☎205-3303	保護課			
統計担当係		給付事務係		相談担当係	☎205-3274		

市税に関するお問い合わせは **中央市税事務所** (北2東4 サッポロファクトリー2条館4階) へ

納税課	市民税課	諸税課	固定資産税課
市税証明・口座振替 ☎211-3912	個人の	法人市民税担当 ☎211-3071	土地担当 ☎211-3917
法人の収納担当 ☎211-3074	市・道民税担当 ☎211-3914	事業所税担当 ☎211-3073	家屋担当 ☎211-3918
納税相談担当 ☎211-3913	特別徴収担当 ☎211-3075	軽自動車税担当 ☎211-3076	償却資産担当 ☎211-3079

確認！ 自転車 ルール

自転車安全利用五則を守りましょう

①自転車は、車道が原則、歩道は例外

「歩道通行可」の標識がある場合や自動車の通行量が多いなど車道走行が難しい場合、13歳未満の子ども・70歳以上の高齢者・体の不自由な方は歩道（車道寄り）を通行できます。

②車道は左側を通行

③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

歩道を走行するときは、すぐに停止できる速度で、歩行者の通行を妨げるような場合は一時停止しなければなりません。

④安全ルールを守る

- ・飲酒運転、二人乗り、並走は禁止！
- ・夜間はライトを点灯！
- ・交差点では信号を守り、一時停止と安全確認をしましょう

⑤子どもはヘルメットを着用

子どもは大人に比べて頭が重く、転倒時、頭にけがをしやすいため危険から身を守るためヘルメットを着用させましょう。



セーフティ自転車 ライダーのススメ！

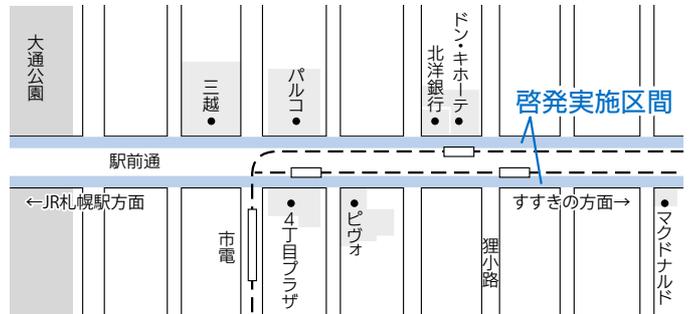
ルール・マナーを確認できる冊子です。区役所などで配布しています。



混み合う歩道は、「押し歩き」をしよう

札幌市では、歩行者も自転車も多く通る札幌駅前通の一部歩道（右図）を「押し歩き地区」と位置付け、9月30日までの間、イベントや啓発員による呼び掛けなどを通し、皆さんに自転車の押し歩きを呼び掛けるキャンペーンを実施しています。

この機会に、混雑する歩道上を通行する際には自転車の押し歩きを心掛けましょう！



▶ 昨年度の
キャンペーンの様子



！ 特要注意！

市電ループ化に伴い、駅前通の一部では軌道と車道の間を走行することになります。

- ・軌道内を走行してはいけません
- ・左側走行を守り、逆走してはいけません
- ・後方から接近する電車に注意

歩道での押し歩きが、より安全です！

地域で子どもを守る-“交通安全母の会”

▶ 原田会長



交通安全母の会は「交通安全は家庭から」を合言葉に地域のお母さんたちが協力し、交通事故の加害者も被害者も出さないための活動を行っている団体です。

この日、桑園小学校の新入生に向けた啓発活動を行っていた、桑園地区母の会の原田憲子会長にお話をお聞きしました。

—どのような活動をされているのでしょうか？

桑園小学校PTAの皆さんと協力して、交通安全運動街頭啓発や、地域の老人クラブ「桑の実会」へお贈りする啓発品のマスコット作り、交通安全に関する研修などを行っています。活動していると「子どもが地域の皆さんに見守られていることを実感します」と言ってくれるお母さんもいて、母の会は地域の交流の場でもあるということを感じます。

—自転車講習会を開催しているとお聞きしましたが。

平成19年から桑園小PTAや桑の実会の皆さんを対象とした自転車講習会を開催しています。基本的なルールだけでなく、ブレーキをかけてもすぐに止まれないことを体験したり、桑園自動車学校の協力で、実際の車両を用いた自動車との事故の危険性を学ぶことができる実技指導も行ったりしています。

—自転車を利用される方々へ一言お願いします。

自転車は車両の仲間だということを意識し、交通ルールをよく確認して利用することが、事故を予防するためには一番だと思います。

講習会などで、「今日学んだことを家族など大切な方に伝えてください」とお願いしていますが、日ごろから、ご家庭でも交通安全について話し合っていた方がいいですね。



▲ 新入生への啓発活動。車や自転車に気を付けてね

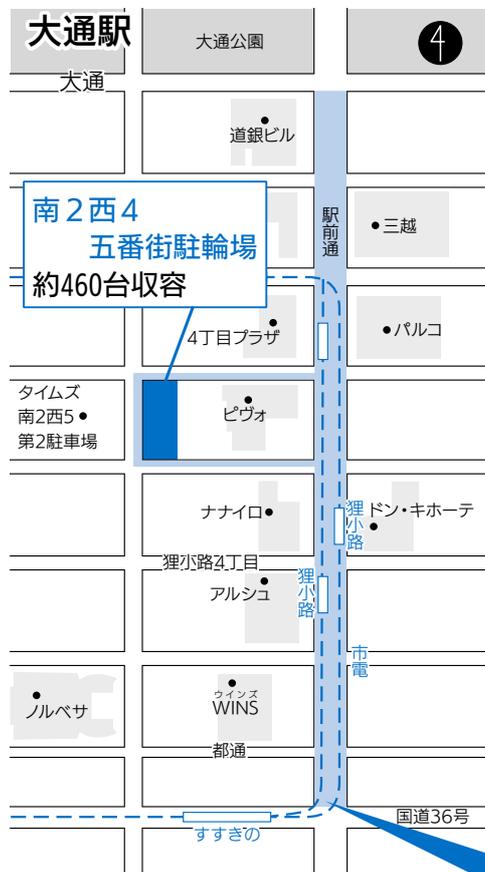
放置自転車を減らし、安全できれいなまちに

自転車は、地下鉄やJRの駅周辺、公共施設などにある駐輪場へ止めましょう。路上などに駐輪したまま放置すると、歩行者や車いす、ベビーカーなどの安全な通行の妨げになる他、せつかくの街の景観も損ねてしまいます。一人一人がマナーを守り、放置自転車を減らしていきましょう。

守ろう 駐輪 マナー



中央区内の新設駐輪場を紹介！



放置禁止区域って？
 右の標識が目印。生活環境と都市機能を維持するために札幌市が定めるもので、現在、地下鉄やJRの22駅周辺が指定されています。この区域に放置された自転車などは、短時間でも撤去の対象となります。

駐輪場 放置禁止区域

中央区土木センターからのお願い

地下鉄東西線バスセンター前駅付近の路上駐輪が大変多くなっています。下図の駐輪場をご利用くださいますようご協力お願いいたします。



バスセンター前駐輪場
 約340台収容

今年6月から放置禁止区域となります

駐輪豆知識！

短時間でもツーロック！

自転車の盗難被害が増加しています。自転車に備え付けの鍵以外にも、U字型錠やワイヤー錠などの丈夫な鍵で二重に施錠し、盗難に備えましょう。

撤去された自転車は？

市内で撤去された自転車については、北1東15保管所（☎200-2323）へお問い合わせください。返還には、自転車の鍵や本人確認書類の他、返還費用が掛かります。

駐輪場は冬の間閉鎖します

冬期間、路上駐輪場（道路上に柵が設置されている駐輪場）は、除排雪の妨げとなるため柵が撤去されます。雪が解け、柵が設置されるまでは駐輪しないでください。

便利に活用！

レンタサイクルを知っていますか？

SAPPOROエキチャリ

放置自転車などをリサイクル活用した、環境にもやさしいレンタサイクル。サイクルポート（受付場所）はJR札幌駅そばにあり、駅からの通勤や通学などに便利です。
 【連絡先】札幌駅周辺自転車等駐輪場利用推進グループ
 ☎251-3060 HP http://www.sapporo-dc.co.jp/bicycle_other/

ポロクル

市中心部に40カ所以上設置されているポートなら、どこでも自転車を貸し出し・返却できます。※事前に登録が必要です。
 「1回プラン」や「1日パス」など、用途に応じて活用できます。
 【連絡先】ポロクルカウンター
 ☎242-4696 HP <http://porocle.jp/>

【連絡先】区の交通安全活動について：中央区交通安全運動推進委員会☎271-1095、区の駐輪場について：中央区土木センター☎614-1800、自転車ルール全般・押し歩き地区について：市民文化局区政課☎211-2252、市電ループ化に伴う交通ルールについて：電車事業所☎551-3944

情報 オアシス

区役所関連施設の電話番号は、区民のページ「ちゅうおう」中央1ページをご覧ください。

5月11日からの内容です

消しましょう その火その時 その場所

中央区の人口と世帯数

平成28年4月1日現在
(国勢調査ベース)

人口	238,500人 (前月比+96)
男	107,896人
女	130,604人
世帯数	132,375世帯 (前月比+362)

交通事故発生件数

(概数)

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	312 (+32)	2 (+2)	361 (+28)
札幌市	1,694 (+211)	7 (+1)	2,009 (+267)

※平成28年累計・4月20日現在。
() は前年比

国民健康保険料の納付と夜間相談について

平成27年度の国民健康保険料の納め忘れはありませんか
保険料の最終納期限が過ぎています。未納の保険料がある方は、早急に納付願います。保険料を長期滞納すると、保険証の返還や財産の差し押さえなどの行政処分を受けることがあります。納付できない特別な事情のある方は、至急ご来庁ください。

なお、平日の17時15分までに区役所へお越しになれない方に対して、夜間相談を行いますのでご利用ください。
▽夜間相談 5月26日(木)の20時まで。

※納付困難な状況などが分かる書類(給与明細、収支内訳書、雇用保険受給資格者証など)をご持参ください。
※夜間相談は、庁舎南側玄関

からお入りください。
係(詳細) 保険年金課収納一・二係 ☎(205) 3343

中央区民センター図書室休室のお知らせ

中央区民センターでは、蔵書一斉点検のため、次の通り図書室を一時休室します。
▽休室期間 5月27日(金)～6月2日(木)。

※休室期間中の本の返却は、同センター正面入口の返却ポストをご利用ください。
(詳細) 中央区民センター図書室 ☎(271) 1120

学校図書館地域開放校のお知らせ

学校の図書館を地域に開放しています。地域にお住まいの方であれば、どなたでも借りることができます。学校に通うお子さんが居ない方も、気さなお子さま連れの方も、気軽にご利用ください。

<学校図書館地域開放校> ※二条小(南2西15)は平成28年度中に開館予定。

学校名	電話	開放曜日	開放時間
桑園小(北8西17)	611-4211	月・水・金	13時～16時
大倉山小(宮の森3-13)	644-3984	月・水・金	13時～16時
日新小(北8西25)	631-6361	火・水・木	13時～16時
		第1土 (5月は第2土)	9時30分～12時
幌南小(南21西5)	521-0214	火・金	12時～15時
		木	13時～16時
幌西小(南10西17)	561-2201	月・水・金	13時～16時

軽にご利用ください。
また、図書館の日常業務や読み聞かせなどをお手伝いしていただくボランティアも募集しています。詳しくはお近くの開放校(左表の通り)へお問い合わせください。
お問い合せ ☎(211) 3872

中央区いきいき講座(高齢者教室) 受講生募集

▽内容 高齢者の皆さんが教養と触れ合いを深め、生きがいのある毎日を過ごしていたくことを目的とした講座です。健康、生活などに関する講演会、体操、施設見学などを行います。
▽日時 6月21日～11月8日の毎週火曜日10時～11時30分(全18回)。
※8月9日、16日、10月11日は除く。
▽対象 区内在住の65歳以上(平成28年4月1日現在)の方(以前に、いきいき講座を受講された方を除く)。
▽会場 中央区民センター(南2西10)。
▽定員・費用 60人・無料(施設見学、教材費など実費が掛かる場合があります)。
▽申込 5月24日(火)～6月3日(金)9時30分～16時30分に、申込書をご記入の上、同センター窓口で直接お申し込みください(電話不可)。

※定員を超えた場合は抽選を行います。結果は後日はがきでお知らせいたします。
(問い合わせ先) 中央区民センター運営委員会 ☎(271) 1100 ☎(261) 7405

「近所先生企画講座」ミニ盆栽入門

「小さな盆栽のある暮らしを楽しむ」(全5回)
▽日時 7月9日～8月6日の毎週土曜日18時45分～20時45分。
※オリエンテーションは7月2日(土)。
▽会場 中央区民センター2階創造の部屋(南2西10)。
▽定員・費用 20人・受講料3千円、材料費7千500円。
▽申込 5月25日(水)必着で、
①講座名、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号を記載の上、ファクス、はがき、または生涯学習センターへ直接お申し込みください(電話不可)。多数時抽選。
(申込詳細) 生涯学習センター事業課 ☎(671) 2311 ☎(671) 2334

〒063-0051 西区宮の沢1-1-1 ☎(671) 2311 ☎(671) 2334



自転車は車両の仲間です。自転車ルールを守り、安全運転を心がけましょう。

中央区ドリム号



- ◆内容 貸し切りバスに乗って奈井江町へ田植えに行きます。
 - ◆日時 6月4日(出) (8時出発)。
 - ◆対象 区内在住の小中学生(小学1・2年生は保護者1人の同伴必要)。
 - ◆定員・費用 70人・小中学生4,500円、保護者5,000円。説明会の日にお支払いください。未納の方はキャンセルとします。
 - ◆申込 5月13日(金)までに電話(10時30分～17時(土・日・祝日を除く))またはファクス(①氏名、②性別、③住所、④電話番号、⑤学校名・学年、⑥子ども会加入の有無を記載)で。先着順。
 - ◆説明会 5月19日(木)18時から中央区民センター(南2西10)。
※子ども会未加入の参加者は、子ども会安全共済会への加入が必要です(別途保険料120円が掛かります)。
- ◆申込・詳細 (公社)札幌市子ども会育成連合会中央区支部事務局
☎271-1096 ㊚261-7405

早朝野鳥観察会



- ◆日時 5月14日(出)
6時15分～8時45分。
 - ◆内容 旭山記念公園と周辺の森で、野鳥をガイドと一緒に見て・聞いて、いろいろなお話とともに観察・体験します。
 - ◆定員・費用 10人・100円。
 - ◆申込 電話またはファクス(金～月曜・祝日の10時～16時)で。先着順。
- ◆申込・詳細 旭山記念公園
☎200-0311 ㊚200-0351

地区センター講座のお知らせ (問い合わせ先) 旭山公園通地区センター ☎520-1700 ㊚561-6868

行事名	内容	日時・対象	会場・定員・費用	申込・備考
はじめての3B(さんびー)体操(全4回)	ベル、ボール、ベルトを使用した有酸素運動・筋力運動により代謝を上げ、骨盤底筋や姿勢などを改善します。	・5月23日～6月13日の毎週月曜日10時30分～12時。 ・区内在住か在勤の15歳以上で、女性の方(中学生を除く)。	・旭山公園通地区センター(南9西18)。 ・10人。 ・受講料2,000円。	5月11日(水)9時～17時に電話で。先着順。 持ち物:バスタオル、汗拭きタオル、飲み物。
パソコンはじめての一步(全6回)	パソコンの基本的な知識や活用法について学習します。	・5月25日～6月3日の水・木・金曜日13時30分～15時30分。 ・区内在住か в勤の15歳以上で、初めてパソコンに触れる方、もう一度基礎を確かめたい方(中学生を除く)。	・旭山公園通地区センター(南9西18)。 ・20人。 ・受講料3,800円、教材費1,700円。	5月13日(金)9時～17時に電話で。先着順。 持ち物:不要(パソコンは同センターで用意します)。

※定員に満たない場合は申し込み日を過ぎても受け付けます(9時～17時(日曜を除く))。受講者が著しく少ない場合は講座を中止することがあります。

中央区民講座のお知らせ (問い合わせ先) 中央区民センター運営委員会 ☎271-1100 ㊚261-7405

行事名	内容	日時・会場	定員・対象・費用	申込・備考
パークゴルフ入門講座(全4回)【初心者対象】	講義と実技により、パークゴルフのルール・マナーなどの基本を習得しながら楽しみます。	・講義は6月1日(水)、実技は6月7日(火)、10日(金)、15日(水)の10時～12時。 ・豊平川緑地パークゴルフ場(南7条大橋下流左岸)。 ※講義は中央区民センター2階視聴覚室(南2西10)。	・30人。 ・区内在住の15歳以上の方(中学生を除く)。 ・受講料3,500円。 ※パークゴルフ用具の貸出可(1回200円)。	5月11日(水)～18日(水)9時30分～17時に同センター1階窓口か電話で(土・日曜可)。先着順。
パソコンワード初級講座(全6回)【初心者対象】	ワードの基本操作から主な書式設定、表作成の基本を学びます。	・6月15日～24日の水・木・金曜日10時～12時。 ・中央区民センター2階視聴覚室(南2西10)。	・20人。 ・15歳以上の方(中学生を除く)。 ・受講料3,800円、教材費1,700円。	5月23日(月)9時30分～17時に同センター1階窓口か電話で。先着順。
パソコンエクセル初級講座(全6回)【初心者対象】	エクセルの基本的な書式設定、計算式や関数を利用し、簡単な出納帳作成までを学びます。	・6月15日～24日の水・木・金曜日14時～16時。 ・中央区民センター2階視聴覚室(南2西10)。		

※定員に満たない場合は申し込み期間を過ぎても受け付けます(9時30分～17時(土・日曜可))。受講者が著しく少ない場合は講座を中止することがあります。

広告

子育て時期の

カラスにご注意!



カラスは、4月上旬から7月下旬にかけて巣を作り、ひなが巣立つまで育てます。その間、カラスは卵やひなを守ろうと、人が巣に近づくと威嚇してくることがあります。カラスが街に巣を作るのは餌となるごみが近くにあることが一番の原因です。次の点に注意し、ごみステーションの管理を徹底しましょう。

◆ ネットをしつかりかぶせたり、カラスよけサークルを活用したりして、カラスがごみを引っぱり出せないよう工夫しましょう。

◆ 排出時間などのルールを守りましょう。

問い合わせ先	
公園・街路樹にできた巣 ※威嚇などの危険がある場合。	中央区土木部維持管理課 ☎614-5800
電柱にできた巣	北電柱 北海道電力 ☎251-1111
	NTT柱 NTT東日本-北海道 ☎0120-444-113
ごみステーションのカラスよけに関する相談	中央清掃事務所 ☎581-1153

※市では、民有地の巣の撤去は行っていません。
※巣の中に卵やひながいる場合の巣の撤去は、市の許可が必要です。詳しくは環境局環境管理担当課(☎211-2879)へ。

子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

①両親教室

「ご夫婦で赤ちゃんを迎える準備をしませんか?」

- ◆内容 講話、育児実習、妊婦疑似体験など。
- ◆日時 6月3日(金)18時30分～20時30分(受け付けは18時から)。
- ◆会場 中央保健センター2階講堂(南3西11)。
- ◆対象 区内在住で8～9月に出産予定の初妊婦およびその配偶者。
- ◆定員・費用 40組(80人)・無料。
- ◆持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。
- ◆申込 5月18日(水)から電話で。先着順。市コールセンター ☎222-4894(8時～21時)
- (詳細) 健康・子ども課健やか推進係 ☎511-7223

②子育てほっと☆たいむ参加者募集

- ◆内容 子育て中の親同士で子どものこと、自分のことなど気軽におしゃべりを楽しみ、ほっと一息ついてみませんか?
- ◆日時 6月15日(水)、17日(金)の2日間1コース。10時～11時30分。
- ◆対象 区内在住で0歳～就学前のお子さんを育てている保護者。
※子育てほっと☆たいむ中はお子さんをお預かりします。

- ◆定員・費用 10人・無料。
- ◆会場 中央保健センター2階(南3西11)。
- ◆申込 5月25日(水)9時から電話で。先着順。
(申込・詳細) 健康・子ども課子育て支援係 ☎511-6399

<今後の子育てほっと☆たいむの予定>

11月8日(火)、10日(木)10時～11時30分。
(広報10月号掲載予定)

③子育て講座参加者募集

- ◆内容 「Let's enjoy!外あそび」
レッツ エンジョイ
- ◆日時 5月31日(火)10時～11時30分。
- ◆対象 区内在住で0歳～就学前のお子さんを育てている保護者。
※講座中はお子さんをお預かりします。
- ◆定員・費用 20人・無料。
- ◆会場 中央保健センター2階(南3西11)。
- ◆申込 5月11日(水)9時から電話で。先着順。
(申込・詳細) 健康・子ども課子育て支援係 ☎511-6399

<今後の子育て講座の予定>

内容	日時
イヤイヤ期に備えよう!	10月13日(木) 広報9月号掲載予定
簡単!楽しい! 手作りおもちゃ	12月13日(火) 広報11月号掲載予定

※②③については、多くの方に参加していただくため、それぞれ年1回の受講をお願いします。



中央保健センターからのお知らせ
(健)康guide
ガイド

【申込・詳細】 健康・子ども課健やか推進係 (南3西11)
 ☎ 511-7223 ㊚ 511-8499

【中央区食生活改善推進員養成講座】
 ～食育ボランティア募集～

- ◆内容 食を通して健康づくりを地域に広める食育ボランティアの養成講座です。「栄養の知識」などの講義や調理実習があります(6日間コース)。
- ◆日時 ①5月30日(月)、②6月9日(木)、③6月20日(月)、④6月28日(火)、⑤7月4日(月)、⑥7月11日(月)。各回9時30分～12時30分。※④のみ9時30分～13時30分。
- ◆会場 中央保健センター2階講堂(南3西11)。
- ◆対象 区内在住で講座終了後に食生活改善推進員としてボランティア活動をしていただける方。
- ◆定員・費用 30人・1,188円(テキスト代)。
- ◆申込 5月11日(水)9時から電話またはファクスで。先着順。

【胃がん・大腸がん検診】

保健センターでは毎月1回、予約制で胃がん検診(バリウム検査)と大腸がん検診(便潜血検査)を行っています。

- ◆検診日・受付時間 5月～平成29年3月。毎月第2木曜日8時45分～10時。※8月のみ第1木曜日。
- ◆会場 中央保健センター1階(南3西11)。
- ◆対象者 職場などで検診を受ける機会のない40歳以上の市民の方。
 ※検診は、年1回で前回検診よりおおむね1年経過で受診可能となります。
- ◆費用 胃がん検診：700円、大腸がん検診：400円。
 ただし、次の方は検診費用が免除されます。各証明書類をご持参ください。
 ①70歳以上の方：健康保険証など年齢を確認できる公的証明書類。
 ②65～69歳で後期高齢者医療制度にご加入の方：被保険者証。
 ③生活保護世帯の方：生活保護受給証明書。
 ④支援給付世帯の方：本人確認証。
 ⑤市・道民税非課税世帯の方：下記ア・イのいずれか1つ。
 ア)市・道民税課税証明書(18歳未満を除く世帯員全員分)。
 イ)介護保険料納入通知書(保険料段階が第1段階・第2段階・第3段階のもの)。
- ◆持ち物 健康保険証や運転免許証など氏名・年齢・住所が確認できる公的証明書類、胃・大腸がん検診受診票、採便容器(大腸がん検診を申し込まれた方)、費用免除対象者は、各証明書類。
- ◆申込 それぞれ希望日の10日前までに電話またはファクスで。なお、ファクスの場合は、(氏名・年齢・住所・ファクス番号・受診希望日・希望会場・受診したい検診の種類)を記入してください。

**歩道の不法占用は
やめましょう**

歩道は歩行者、ベビーカーや車いすなどが安全に通行するための施設です。広告旗、立て看板や商品のはみ出し陳列などは通行の妨げになり大変危険です。

【詳細】維持管理課管理二係
 ☎614-1800

事故が発生した場合は、これらの設置者の責任が問われることとなります。誰もが安全で快適に通行できる歩道にしましょう。





3/18 元気の源はラジオ体操から

中央区民センター（南2西10）で、中央区健康づくり交流会が開催され、区民約100人が参加しました。

参加者は、講師の札幌地区ラジオ体操連盟の伊邊正敏氏からラジオ体操の正しい動きやポイントなどを教わったあと早速実践。ラジオ体操の軽快なリズムに合わせて運動を楽しみました。



▲継続することで健康に効果が表れます

3/24 「スマホ」の基本を学ぶ

幌西会館（南11西14）で、中高年のためのスマホ講座が開催され、地域住民など約60人が参加しました。

参加者は、講師の指導のもと、スマートフォンの基本的なタッチ操作や、内蔵カメラを使って写真を撮る方法、メッセージアプリの安全な使い方などについて学習しました。



▲スマホ独特の操作方法に慣れましょう

4/6 子どもたちの安全を願う

市立中央小学校（大通東6）で、小学校入学式特別啓発が行われました。

警察官や地域住民から「入学おめでとう。車に気を付けてね」と啓発グッズを渡されると、新しいランドセルを背負った新1年生は「どうもありがとう」と笑顔で受け取っていました。



▲車に気を付けて、楽しい学校生活を送ってね