



区民のページ「ちゅうおう」

2018

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

中央区の人口と世帯数 (国勢調査ベース)  
平成30年4月1日現在  
人口 241,468人 (前月比-74)  
世帯数 136,009世帯 (前月比+308)

# 始めませんか？ 習い事

中央区民センター × 旭山公園通地区センター



## 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「このまちに住んでよかった」と思っていただけ  
るよう、職員一同、一層のサービスアップに努め、信頼される区役  
所を目指すとともに、皆さまと力を合わせ魅力あるまちづくりを推  
進してまいります。これからもご支援とご協力をよろしく願いい  
たします。

中央区長 かわはら まひと 川原 真人

## 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
- 中央消防署 (南4西10) ☎ 215-2120
- 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
- 大通・西 (南2西15) ☎ 280-7033
- 南門山 (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 | 福祉支援一・二係  | ☎ 205-3304 | 保険年金課  | ☎ 205-3341 |
| 原務係    | ☎ 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 | ☎ 205-3301 | 相談担当      | ☎ 205-3306 | 保険係    | ☎ 205-3343 |
| 選挙係    | ☎ 205-3216 | 保健福祉課 | ☎ 205-3302 | 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    | ☎ 205-3344 |
| 地域振興課  | ☎ 205-3222 | 福祉助成係 | ☎ 205-3303 | 保護課       |            |        |            |
| 統計担当   |            | 給付事務係 |            | 相談担当      | ☎ 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       | ☎ 211-3912 | 市民税課    | ☎ 211-3071 | 諸税課     | ☎ 211-3071 | 固定資産税課 | ☎ 211-3917 |
| 市税証明・口座振替 | ☎ 211-3074 | 個人の     | 法人市民税担当    | 法人市民税担当 | ☎ 211-3073 | 土地担当   | ☎ 211-3918 |
| 法人の収納担当   | ☎ 211-3913 | 市・道民税担当 | 事業所税担当     | 事業所税担当  | ☎ 211-3076 | 家屋担当   | ☎ 211-3079 |
| 納税相談担当    |            | 特別徴収担当  | 軽自動車税担当    | 軽自動車税担当 |            | 償却資産担当 | ☎ 211-3079 |

何か新しいことを始めたい！  
そう考えているあなた！！

# 始めませんか？ 習い事

中央区民センター × 旭山公園通地区センター



今月は、地域の身近なコミュニティ施設である**中央区民センター**と**旭山公園通地区センター**で行われている講座について紹介します。この春、気軽に始めてみませんか？

## あなたにお勧めする3つのポイント！

ポイント  
**1**

### 受講料がお手頃

入会金が不要。受講料もお手頃だから、気軽に始めやすい（材料費などがかかる場合があります）。

#### こんな講座がお手頃！

ボランティアによる  
美術への誘い



区民センター 地区センター 受講料 **0**円

#### 初心者対象社交ダンスの集い



地区センター 1回あたり受講料 **300**円

#### 懐かしの歌声講座



地区センター 受講料 **500**円

ポイント  
**2**

### 短期間で 通いやすい

1講座あたりの回数が少なく、期間が短いものも多いので、参加しやすい。

#### こんな講座がおススメ！

##### 道産野菜を使った薬膳ごはん



地区センター 全 **1**回

##### 手作りみそ体験講座



地区センター 全 **1**回

##### はじめてのスマホ体験講座



地区センター 全 **2**回

ポイント  
**3**

### 豊富な ラインナップ

文化や教養、健康づくりの他、各世代向けなど、種類が豊富で自分の興味に合わせやすい。

#### こんな講座もやっています！

##### パソコン講座



区民センター **教養**

##### 夏休み子ども将棋教室



区民センター **子ども向け**

他にも  
いろいろな講座を  
用意しています！



## 昨年の受講者に聞きました！



### 講座：はじめてのフランス語会話 ※今年度の実施予定はありません。

受講の決め手は、会場が自宅から近く、受講料もお手頃だったこと。先生の教え方が丁寧なので内容は分かりやすく、生のフランス語を聞けるのも魅力。他の受講者と一緒に楽しく学ぶことができました。講座は終わりましたが、現在はサークルで引き続き学んでいます。夢はフランス語で現地の方とコミュニケーションをすることです！  
(話・佐藤真理子さん)



講座に  
お邪魔しました!

## 編集者の講座体験レポート!

旭山公園通地区センターで行われている定例講座「初心者対象社交ダンスの集い」にお邪魔して、受講者の皆さんと一緒に参加してきました。



▲最初は講師から基本的なステップを教わります



▲練習中は他の受講者も親切に教えてくれました



▲私もペアを組んで、ゆっくりとですが踊ることができました



〔参加した感想〕

ステップに苦戦しましたが、初心者の私でも社交ダンスの楽しさを実感できました。また、運動量が多く、健康づくりにもちょうど良いと感じました。

かなもりよしこ

〔講師の金森芳子さんから一言〕

初めてでも大丈夫ですよ。もう一度基礎から学びたい方もお待ちしています。一緒に踊りませんか。



## 今後の講座予定（6月～9月）

| 講座名                  | 開催日                  | 会場     | 費用                   | 内容   |
|----------------------|----------------------|--------|----------------------|--|
| 自分に似合うカラーを見つけよう      | 6月16日(土)             | 地区センター | 受講料700円<br>教材費100円   | 自分に似合う色（パーソナルカラー）を知り、色で生活を楽しむ方法を学びます。          |
| 老いじたく                | 7月18日(水)             | 地区センター | 無料                   | 老後を安心して過ごせるよう、相続のトラブルを防ぐ方法などを学びます。             |
| 夏休み<br>手作りラジオ教室      | 7月31日(火)             | 地区センター | 受講料200円<br>教材費1,000円 | ラジオの仕組みを学び、実際に作製します。                           |
| 夏休み子ども手品教室           | 7月31日(火)～<br>8月3日(金) | 区民センター | 2,500円<br>(教材費込み)    | 基本を学びながら手品を身に付け、最終日には発表会を行います。                 |
| 夏休み子ども将棋教室           | 7月31日(火)～<br>8月3日(金) | 区民センター | 2,000円               | 将棋のルールや礼儀作法を習得し、対局を交えて将棋の楽しさを学びます。             |
| はじめてのスマホ体験講座（未購入者対象） | 8月1日(水)、<br>2日(木)    | 地区センター | 受講料1,600円<br>教材費900円 | スマートフォンの基本操作や、カメラ・地図・ホームページなどのアプリの使い方を学びます。    |
| ボランティアによる<br>美術への誘い  | 9月19日(水)             | 地区センター | 無料                   | 北海道美術館協会のボランティアが京都国立近代美術館コレクションなどの作品について紹介します。 |

詳細および上記以外の講座については、各センターのホームページや、テレビのデータ放送（STV5チャンネル）、スマートフォンアプリ「iさっぽろ」でも随時お知らせします。

⇒データ放送とアプリの使い方は次のページで紹介しています。

※予定は変更・中止になる場合があります。詳細については各センターへお問い合わせください。

### ～ 旭山公園通地区センター（南9西18）～

公共交通 市電「西線9条旭山公園通」徒歩6分

☎ 520-1700

FAX 561-6868

HP <http://www.a-chikucen.com/index.html>



### ～ 中央区民センター（南2西10）～

公共交通 地下鉄東西線「西11丁目」徒歩4分/市電「中央区役所前」徒歩3分

☎ 271-1100

FAX 261-7405

HP <http://www.chuou-kusen.jp/index.html>



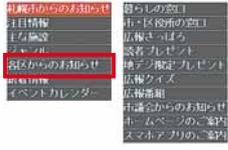
5月11日からの内容です

## 区民センター・地区センターなどで開催されるイベントや講座の情報は、 データ放送とアプリで見ることができます（毎週水曜日に情報を更新）。

### データ放送（STV 5チャンネル）の使い方



STV 5チャンネルに合わせてdボタンを押し、画面右に表示される札幌市からのお知らせを選択。



画面左下に表示される各区からのお知らせ→中央区と選択。

### アプリ「iさっぽろ」の使い方

公式アプリストアでiさっぽろと検索するか、下のQRコードから読み取ってインストール。トップ画面のお知らせタイトルから知りたい情報を選択。




対応OS  
Android版：OS5.0以上  
iPhone版：iOS8.0以上

### 中央区民センター図書室 休室のお知らせ

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 6月8日(金)～14日(木)。

※休室期間中の本の返却は、同センター正面入り口の返却ポストをご利用ください。なお、視聴覚資料は返却できません。

（詳細）中央区民センター図書室  
☎ (271) 1120

### 国民健康保険料の納付と 夜間相談について

平成29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ので、未納のある方は、早急に納付願います。

保険料を長期間滞納すると、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ので、納付できない特別な事情のある方はご相談ください。

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25日(金)20時まで。

※受け付けは19時30分まで。

※夜間相談は、庁舎南側玄関からお入りください。

※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。

（詳細）保険年金課収納一・二係  
☎ (205) 3343

### 中央区いきいき講座 （高齢者教育）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だくことを目的とした講座です。健康や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13日～10月3日の毎週水曜日10時～11時30分（全16回）。

※8月15日は除く。

▽会場 中央区民センター（南2西10）。

▽対象 区内在住の65歳以上の方で全回出席可能な方（以前に同講座を受講された方を除く）。

▽定員 60人。

▽費用 無料（施設見学費や教材費など、実費がかかる場合があります）。

▽申込 5月21日(月)～28日(月)9時30分～16時30分に、同センター窓口へ直接（電話不可）。多数時抽選。

※結果は後日（がき）でお知らせします。

（問い合わせ先）中央区民センター運営委員会  
☎ (271) 1100  
FAX (261) 7405

### 歩道橋撤去のお知らせ

豊水横断歩道橋（南7西1）の撤去工事を行います。工事期間中は、車線規制や車両通行止めを伴う場合がありますのでご了承ください。

▽工事期間 6月上旬～10月下旬（予定）。

（詳細）中央区土木センター（維持管理課）  
☎ (614) 5800

広告

**申込時の必要事項** ①行事名（希望する日時・曜日・会場・コースなど）、②郵便番号・住所、③氏名・ふりがな、④年齢、⑤電話番号（ファックスの場合はファックス番号、メールの場合はEメールアドレスも）、⑥学校名・学年（児童・生徒のみ）

# 子育て掲示板

●●●子育てに関する情報を掲載します●●●

## 1. 託児付き講座「ハッピー子育て～子どものやる気を育てよう!～」

- ◆内容 子どもの「やる気」を引き出すには? 毎日の育児の中で意識したいポイントを伝えます。
- ◆日時 5月30日(水)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。
- ◆定員・費用 20人・無料。
- ◆申込 5月14日(月)9時から電話で。先着順。
- ①申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎511-6399

<今後の託児付き講座の予定>

|                            |               |
|----------------------------|---------------|
| ハッピーアタッチメント<br>～子育てに大切なこと～ | 11月22日(木)     |
| ハッピー食育<br>～みんなニコニコごはんタイム～  | 平成31年1月25日(金) |

## 2. 託児付きグループ懇談会「子育てほっと☆たいむ」

- ◆内容 子育て中の親同士で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14日(木)、15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。
- ◆定員・費用 10人・無料。
- ◆申込 5月28日(月)9時から電話で。先着順。
- ①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>  
10月15日(月)、16日(火)。

## 3. 親子同室講座「あそびのぽけっとin中央」

- ◆内容 親子で楽しめる触れ合い遊びなどを、保育士が紹介します。
- ◆日時 ①6月19日(火)、②6月27日(水)の10時～11時。※①と②は同じ内容です。
- ◆対象 区内在住で2～9カ月のお子さんとその

保護者。

- ◆定員・費用 それぞれ親子20組・無料。
- ◆申込 ①②どちらも6月4日(月)9時から電話で。先着順。
- ①申込・詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎511-6399

<今後の親子同室講座の予定>

|              |                                  |
|--------------|----------------------------------|
| 親子でアート       | 7月24日(火)                         |
| あそびのぽけっとin中央 | 8月29日(水)<br>11月1日(木)<br>12月6日(木) |
| さっぽろの冬の過ごし方  | 10月30日(火)                        |

## 4. エンジョイマタニティクッキング

- ◆内容 妊婦さん向けの簡単料理教室。
- ◆日時 5月23日(水)10時～13時。
- ◆対象 区内在住で妊娠中の方。
- ◆定員・費用 24人・無料。
- ◆持ち物 母子健康手帳、エプロン、三角巾などの頭を覆うもの、筆記用具、手拭き用タオル。
- ◆申込 5月11日(金)～16日(水)に電話（土・日曜を除く）またはEメール（上記必要事項のうち①③⑤および出産予定日を記載）で。先着順。
- ①申込・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎511-7223  
✉ch.morisu@city.sapporo.jp

## 5. 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 育児実習、妊婦疑似体験など。
- ◆日時 6月1日(金)18時30分～20時30分。
- ◆対象 区内在住で8・9月に出産予定の初妊婦とその配偶者。
- ◆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16日(水)から市コールセンターに電話（☎222-4894、8時～21時）で。先着順。
- ①詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎511-7223

※多くの方に参加していただくため、1・2はそれぞれ年1回、3は年2回までの受講でお願いします。  
※1～5の会場は、中央保健センター2階（南3西11）です。

広告

**申込時の必要事項** ①行事名（希望する日時・曜日・会場・コースなど）、②郵便番号・住所、③氏名・ふりがな、④年齢、⑤電話番号（ファクスの場合はファクス番号、メールの場合はEメールアドレスも）、⑥学校名・学年（児童・生徒のみ）

# 健康ガイド

中央保健センター  
からのお知らせ

## 中央区食生活改善推進員養成講座

- ◆**内容** 食生活を中心に健康づくりを学び、地域に広める食育ボランティア養成のための講座です（6日間コース）。
- ◆**日時** ①5月29日(火)、②6月7日(木)、③6月18日(月)、④6月26日(火)、⑤7月2日(月)、⑥7月12日(木)。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** 区内在住の方。
- ◆**定員・費用** 30人・1,188円（テキスト代）。
- ◆**申込** 5月11日(金)～20日(日)に電話か同センター2階窓口（土・日曜を除く）へ直接、またはファクス、Eメール（上記必要事項のうち①②③⑤を記載）で。先着順。
- ◆**申込・詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎511-7223  
FAX511-8499 ✉ch.morisu@city.sapporo.jp

## 平成30年度胃がん・大腸がん検診

- 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** 6月～平成31年3月の毎月第2木曜日8時45分～10時。
  - ◆**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、市内在住で40歳以上の方。※検診は年1回。前回検診よりおおむね1年経過で受診可能。
  - ◆**定員・費用** 50人・胃がん検診：700円、大腸がん検診：400円。下表該当の方は、費用が免除されます。

| 費用免除対象者               | 受診時にお持ちいただく書類   |
|-----------------------|---|
| 70歳以上の方               | 健康保険証など年齢を確認できるもの   |
| 65歳～69歳で後期高齢者医療制度加入の方 | 後期高齢者医療被保険者証または後期高齢者健診受診券   |
| 生活保護世帯の方              | 生活保護受給証明書または生活保護世帯健康診査受診券   |
| 支援給付世帯の方              | 本人確認証   |
| 市・道民税非課税世帯の方          | 市・道民税課税証明書（18歳以上の世帯全員分）または介護保険料納入（特別徴収決定）通知書（介護保険料段階が第1・第2・第3段階のもの） |

- ◆**持ち物** 健康保険証など氏名・年齢・住所が確認できるもの。
- ◆**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、Eメール（上記必要事項および受診希望日、受診したい検診の種類を記載）で。先着順。
- ◆**申込** 市コールセンター（8時～21時） ☎222-4894  
FAX221-4894 ✉info4894@city.sapporo.jp

## 住民集団健康診査

| 種類         | 対象者                  | 費用など   |
|------------|----------------------|--|
| ①特定健康診査    | 40歳～74歳で原則札幌市国保に加入の方 | 受診券に記載の自己負担額。<br>「受診券」「健康保険証」「前年度の受診結果」をお持ちください。 |
| ②後期高齢者健康診査 | 札幌市民で後期高齢者医療制度に加入の方  | 500円（付加健診のみは不可）                                  |
| ③付加健診      | ①②と併せて受診する方          | 無料（ <sup>がん</sup> 喀痰検査が必要な場合は400円）               |
| ④肺がん検診     | 札幌市民で40歳以上の方         | 無料   |
| ⑤肝炎ウイルス検査  | 札幌市民で過去に検査を受けていない方   | 無料   |

### ◆日程・会場

| 月日     | 受付時間   | 会場（所在地）                           |                                   |
|--------|--------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 6月     | 4日(月)  | 9時30分～11時<br>13時30分～15時           | 幌西会館（南11西14）<br>曙会館（南11西10）       |
|        | 11日(月) | 9時30分～11時                         | 幌西会館（南11西14）                      |
|        | 18日(月) | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時        | 中央区民センター（南2西10）                   |
| 7月     | 3日(火)  | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時        | 宮の森明和会館（宮の森2-11）                  |
|        | 18日(水) | 9時30分～11時                         | 札幌静修高等学校（南16西6）                   |
|        | 30日(月) | 9時～11時<br>9時30分～11時<br>13時30分～15時 | 東地区会館（南2東6）<br>円山北町会館（北7条西26）     |
| 8月     | 3日(金)  | 10時～11時<br>13時30分～15時             | 西創成会館（南5条西7）<br>南円山会館（南9条西21）     |
|        | 8日(水)  | 10時～11時<br>13時30分～15時             | 円山西町町内会館（円山西町3）<br>曙会館（南11西10）    |
|        | 9日(木)  | 9時30分～11時                         | 山鼻会館（南23西10）                      |
|        | 20日(月) | 9時～11時                            | 円山会館（北1西23）                       |
|        | 22日(水) | 13時30分～15時                        | 東北会館（北2東2）                        |
|        | 27日(月) | 9時～11時                            | 円山会館（北1西23）                       |
|        | 28日(火) | 9時30分～11時                         | 山鼻福祉センター（南24西13）<br>宮の森会館（宮の森2-5） |
|        | 9月     | 3日(月)                             | 13時30分～15時                        |
| 6日(木)  |        | 9時30分～11時                         | 大通・西会館（南2西15）                     |
| 10日(月) |        | 13時30分～14時30分                     | 豊水会館（南8西2）                        |
| 10月    | 1日(月)  | 9時～11時<br>13時30分～15時              | 桑園ふれあいセンター（北7西15）<br>苗穂会館（北1東10）  |
|        | 15日(月) | 9時～11時                            | 桑園ふれあいセンター（北7西15）                 |
|        | 22日(月) | 9時30分～11時                         | 山鼻福祉センター（南24西13）                  |
|        | 25日(木) | 9時30分～11時                         | 山鼻福祉センター（南24西13）                  |
| 11月    | 14日(水) | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時        | 中央区民センター（南2西10）                   |
|        | 7日(金)  | 9時30分～11時30分<br>13時30分～15時        | 中央区民センター（南2西10）                   |

- ◆**申込** 不要。当日、直接会場へ。
- ◆**注意事項** 健診前日からアルコール摂取と激しい運動は控え、健診当日は直近の食事（朝食または昼食）を取らないでください（飲水は可）。
- ◆**詳細** 健康・子ども課健やか推進係 ☎511-7223