



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8月1日現在
人口 242,922人 (前月比+239)
世帯数 137,223世帯 (前月比+211)

STOP! 飲酒運転

お酒を飲んでから
時間がたっているから

事故を起こさない
自信があるから

一杯しか
飲んでいないから

アルコールは
強い体質だから

あぐ近くまで
だから



悪質で危険な犯罪行為である「飲酒運転」。
事故によって被害者やその家族だけでなく、
運転者本人やその家族の人生も、大きく狂わせてしまいます。
悲惨な事故が繰り返されないよう、改めて飲酒運転について
考えてみましょう。

監修：中央区交通安全運動推進委員会 ☎ 271-1095

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) ☎ 251-6353
東北 (北2東2) ☎ 251-8119
苗穂 (北1東10) ☎ 261-3669
東 (南2東6) ☎ 241-1696
豊水 (南8西2) ☎ 521-0204
西創成 (南5西7) ☎ 521-2384
曙 (南11西10) ☎ 511-0116

まちづくりセンター

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	福祉支援一・二係	☎ 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	☎ 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	
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	市税証明・口座振替 ☎ 211-3912	市民税課	☎ 211-3071	諸税課	☎ 211-3071	固定資産税課	☎ 211-3917
法人の収納担当	☎ 211-3074	個人の	☎ 211-3073	法人市民税担当	☎ 211-3073	土地担当	☎ 211-3918
納税相談担当	☎ 211-3913	市・道民税担当	☎ 211-3076	事業所税担当	☎ 211-3076	家屋担当	☎ 211-3079
		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

① 飲酒運転による交通事故の現状（北海道）

※北海道警察本部データ

飲酒を伴う人身事故件数および死傷者数は、減少傾向にあります。昨年も11人の方が飲酒運転による事故で亡くなっています。



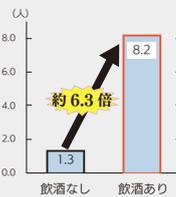
【人身事故件数】



【死傷者数】



【致死率】(人身事故100件当たりの死者数)



致死率は、飲酒していない場合と比べて**約6.3倍**も高くなるんだね…

(2013年～2017年)



北海道では、平成27年12月に「北海道飲酒運転の根絶に関する条例」が施行され、毎年7月13日を「飲酒運転根絶の日」と決めました。

② 飲酒による運転への影響

お酒を飲むと誰にでも次のような影響が起こり、事故につながります。

- ▲ 動体視力が落ち、視野が狭くなる。
- ▲ 判断力が低下し、速度超過や乱暴な運転につながる。
- ▲ ハンドルやブレーキの操作が遅れる。
- ▲ 平衡感覚が乱れ、蛇行運転となる。

など

アルコールは少量でも脳のをまひさせます。これは、お酒に強い人、弱い人に関係なく起こります。



③ 体内からアルコールが消えるまでに必要な時間は??

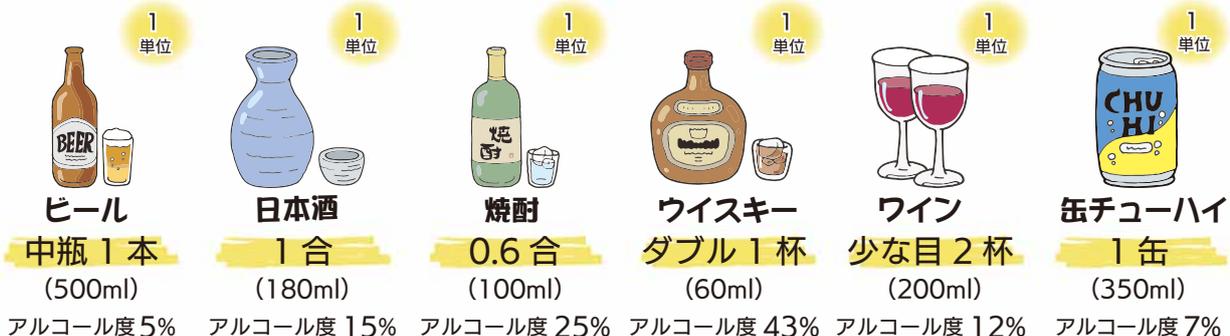
体重約60kgの人が**1単位***のお酒を飲んだ場合、アルコールは**約3～4時間**体内にとどまります。これには体質や体重、体調による**個人差がある**ため、もっと長く時間がかかる人もいます。

※「1単位」とは、純アルコールに換算して20gです。

深夜まで飲んでいたり飲み過ぎたりすると、翌朝起床後まで体内にアルコールが残っているんだね。



それぞれのお酒での1単位はどのくらい??



④ 飲酒運転は運転者にも周囲の人にも 厳しい罰則が設けられています！

【運転者】

	酒気帯び運転	酒酔い運転
状態	アルコールを体内に保持して運転すること。	呼気中アルコール濃度に関係なく、真っすぐ歩けないなど、客観的に見て酔った状態で運転すること。
行政処分	【呼気中アルコール濃度0.15mg/ℓ以上0.25mg/ℓ未満】 「免許停止」基礎点数13点（停止期間90日）	「免許取り消し」 基礎点数35点 (欠格期間※3年)
	【呼気中アルコール濃度0.25mg/ℓ以上】 「免許取り消し」基礎点数25点（欠格期間※2年）	
刑罰	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金	5年以下の懲役又は100万円以下の罰金

(上記の行政処分は、前歴およびその他の累積点数がない場合です。前歴や他に累積点数がある場合は、欠格期間がさらに長くなったり、呼気中アルコール濃度が0.15mg/ℓ以上0.25mg/ℓ未満の酒気帯び運転でも、免許停止ではなく免許取り消しになる場合があります。)

※欠格期間とは、運転免許を取り消された場合に、運転免許を再度受けることができない期間のこと。

【周囲の人】

	運転者が酒気帯び運転をした場合	運転者が酒酔い運転をした場合
車両を提供した人	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金	5年以下の懲役又は100万円以下の罰金
酒類を提供した人	2年以下の懲役又は30万円以下の罰金	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金
同乗した人		

自転車も飲酒運転になるの??

自転車は道路交通法上「軽車両」という扱いになっており、自動車と同様、**飲酒運転が禁止**されています。



自動車も
自転車も

少しでもお酒を飲んだら絶対に運転してはいけません！



道路交通法第65条第1項
「何人も、酒気を帯びて車両等を運転してはならない。」

⑤ 飲酒運転をなくすための3つの約束

約束1 お酒を飲んだら「運転しない」
運転者はお酒を飲んだら運転せず、公共交通機関や運転代行などを利用しましょう。運転するならお酒は絶対に飲まず、アルコールが含まれていない飲み物にしましょう。

約束2 運転する人にはお酒を「飲ませない」
運転者にお酒を勧めたり、飲ませたりすることはやめましょう。

約束3 お酒を飲んだ人には「運転させない」
飲酒した人には絶対に運転させないようにしましょう。飲酒運転の車に同乗することもやめましょう。

飲酒運転を避けるために、飲食店には車で行かないなどの対策を取りましょう。



実践しましょう

「ハンドルキーパー運動」
自動車仲間と飲食店に行き、飲酒する場合「お酒を飲まない人（ハンドルキーパー）」を決め、その人はお酒を飲まず、仲間を自宅まで送り、飲酒事故を防止する運動です。

*政府広報「飲酒運転は絶対に「しない!」「させない!」みんなで守ろう3つの約束」より引用

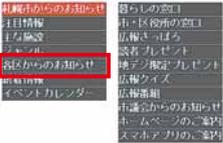
9月11日からの内容です

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




9/29土

10時～14時

参加
無料

スタンプラリー開催！
抽選でステキな景品をプレゼント!!

もっと元気！ずっと健康！ げんこがフェスタ2018 in ちゅうおう & 健康づくりセンターフェスタ

【会場】中央区役所分庁舎 1階～5階（南3西11）
1階・2階・5階：中央保健センター
3階・4階：中央健康づくりセンター

屋外

ファミリーウォーキング

10:30～受け付け、11:00出発（雨天中止）
中央保健センターを出発し、札幌市資料館側から医大前をぐるり2.5km



1F

健康相談

医師・薬剤師による個別相談
脳年齢測定

知っ得！認知症

パネル展示と保健師相談

情報コーナー

介護、福祉、こころの健康、がん予防など

キッズお楽しみコーナー

身長、体重、手形カードをプレゼント！



2F

食生活改善展「上手に減塩」

試食11:00～先着300人

「居住と食」から「健康」を考える（パネル展示）



3F

ヘルスチェック

骨密度測定（整理券配布①9:45～、②11:30～）
体脂肪・握力・脚筋力測定など
骨・筋・関節の元気度測定コーナー
健康度測定予約キャンペーン



4F

フィットネス体験

運動フロア無料開放（9:30～20:30）
運動マシン体験ツアー ①11:00～、②12:20～

運動体験プログラム

- げんきいっぱい遊びと運動！
①10:00～（3・4歳対象）、②10:40～（5・6歳対象）
- 足・腰きたえて！介護予防体操
11:30～（65歳以上対象）
- エアロマラソン75
12:30～（16歳以上対象）

健康講座

10:45～正しい医療情報の見つけ方（医師）
11:20～こどもの食育&生活講話（保健師・管理栄養士）
13:00～膝痛予防講話（理学療法士）

管理栄養士考案ドリンク試飲会

13:45～先着50人

協賛企業コーナー

動体視力測定、楽しく栄養を学べるスケッチクック！



5F

はり・温灸・あんま・指圧・マッサージ

無料体験と相談

お口の健口チェック！！

むし歯・歯周病菌チェック、口臭測定、歯科相談



【詳細】健康・子ども課 ☎511-7223

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）

子育て掲示板

●●● 子育てに関する情報を掲載します ●●●

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 10月5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12月～2019年2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 9月19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。
- （詳細）健康・子ども課健やか推進係
☎511-7223

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 10月15日(月)、16日(火)の10時～11時30分。2日間1コース。
 - ◆会場 中央保健センター2階（南3西11）。
 - ◆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。
- ※懇談中はお子さんをお預かりします。
- ◆定員・費用 10人・無料。
 - ◆申込 9月25日(火)9時から電話で。先着順。
- ※多くの方に参加していただくため、6月の「子育てほっと☆たいむ」に参加された方はご遠慮ください。
- （申込・詳細）健康・子ども課子育て支援係 ☎511-6399



「まちのモト」配布中！

中央区のフリーマガジン『まちのモトVOL.21』を市電車内、地下鉄駅構内、中央区役所や区内各まちづくりセンターなどで配布中です。区ホームページ『まちのモト』でも閲覧できます。

（詳細）地域振興課まちづくり

国民健康保険料の納付と夜間相談について

調整担当 ☎(205) 3221

10月1日(月)は平成30年度国民健康保険料第4期分の納期限です。お忘れのないように納付願います。

なお、保険料を納付できない特別な事情があり、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 9月20日(木)、21日(金)の20時まで。
※受け付けは19時30分まで。

ヒグマに注意!!

※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）をお持ちください。

（詳細）保険年金課収納一・二係 ☎(205) 3343

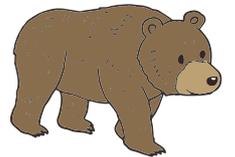
●登山（ハイキング）や山菜採りなどで野山に入るときは、ヒグマに遭わないために次のことに気を付けましょう。

①新聞・テレビなどのヒグマ出没情報に注意する。
②早朝・夕方の入山や単独行

●もし遭遇したら絶対に走らず、ゆっくりと後退しながら静かに立ち去りましょう。
●ヒグマの近くには母グマがいるので絶対に近づかないでください。

（問い合わせ先）総務企画課地域安全担当 ☎(205) 3205

③鈴などで音を出して人の存在をヒグマに知らせる。
④大きなふんや足跡を見たら引き返す。
⑤食べ物や飲み物などのごみは持ち帰る。



広告



北海道コンサドーレ札幌

中央区民応援デー

「ベガルタ仙台戦」200人ご招待!

11.4日

14:00 試合開始

- **対象・定員** 区内在住の方・200人（無料。応募多数の場合は抽選）。
- **会場・座席** 下記①または②で実施予定です。当選者宛ての返信はがきでお知らせします。
①札幌ドーム（豊平区羊ヶ丘1）・サポーターゾーン・コーナー自由席。
②札幌厚別公園競技場（厚別区上野幌3-1）・コンサドーレゴール裏ゾーン自由席。
※満席の場合は他席へご案内する場合があります。
- **申込方法** 9月28日（金）（当日消印有効）まで。往復はがきに観戦希望者の①郵便番号・住所、②氏名、③年齢、④電話番号・メールアドレス、⑤クラブコンサドーレのICカード番号（会員の方のみ）、⑥返信先（返信の宛名面）を記入の上、下記の申し込み先へ送付。
※当選者宛てに送付される返信はがきが観戦チケットとなりますので、記載漏れの無いようご注意ください。
※1人につき1通のみ有効。家族で申し込みの場合は人数分の往復はがきが必要です。
※チケット券面印字の際に文字が消えてしまうため、消せるペンで記入しないでください。
※応募者の個人情報は、（株）コンサドーレが適切に管理し、同社からのアンケートやご案内以外には利用しません。
- **申込先・詳細** 〒063-0052 西区宮の沢2条3丁目4-1
北海道コンサドーレ札幌 中央区民応援デー係 ☎777-5310



ふれあい 写真館

📷 6～7月の地域行事・イベントからのひとコマ

6/24
アタック・ザ・531M
(藻岩山)



6/29
区老連パークゴルフ大会
(豊平川緑地パークゴルフ場)



7/1
かもくま祭
(中島児童会館・こぐま座)



7/31
夏休みミツバチ体験
(北1西5ほか)

