

ちゅうおう

市電に乗って、食育体験!

2019
August

8

貸切電車イベント「市電で食育カフェ」が開かれ、参加者は健康に関する講話や試食などを楽しみました。



EVENT REPORT

6/25 火

今月の特集

中央区
地域イベント
ガイド

中央 2・3 ページに掲載

【 中央区の人口と世帯数 】

国勢調査ベース

人口 / 244,783人(+182) 世帯数 / 139,156世帯(+125)

※7月1日現在。()は前月比

Chuo Information

※市外局番はすべて011です。

中央区役所 〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目 ☎ 231-2400 (代表)
開庁時間：8時45分～17時15分(土・日曜、祝・休日、年末年始を除く) ※区役所へお越しの際は公共交通機関をご利用ください。

まちづくりセンター

●本府・中央	北1西2	☎ 251-6353	●山鼻	南23西10	☎ 511-6371
●東北	北2東2	☎ 251-8119	●幌西	南11西14	☎ 561-3256
●苗穂	北1東10	☎ 261-3669	●大通・西	南2西15	☎ 280-7033
●東	南2東6	☎ 241-1696	●南円山	南9西21	☎ 561-2472
●豊水	南8西2	☎ 521-0204	●円山	北1西23	☎ 611-3367
●西創成	南5西7	☎ 521-2384	●桑園	北7西15	☎ 621-3405
●曙	南11西10	☎ 511-0116	●宮の森	宮の森2-11	☎ 644-8760

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

その他の機関・施設

●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

どこに聞いたらよいか
分からないときは

→ 札幌市コールセンター

☎ 222-4894 8時～21時(年中無休)
FAX 221-4894 Eメール info4894@city.sapporo.jp

12 2019
/6

冬場の運動不足を
楽しく解消!

イルミネーションウォーキング



テレビ塔へ向かう約2kmのコースを、大通公園のイルミネーションを眺めながらウォーキングします。

1 2020
/9

笑顔あふれる雪遊びのお祭り!

子育てスノーフェスタ

向陵中学校を会場に、屋外では雪中玉入れや雪のままごと、屋内ではゴルフコーナーやお楽しみステージ発表など、さまざまなコーナーをご用意。元気に遊んで心も体もポカポカに!



1 2020
月下旬

大倉山が冬の遊び場に!

ウィンタースポーツフェスタⁱⁿ大倉山

大倉山ジャンプ競技場で冬のアクティビティを満喫! 大迫力のランディングバーンでのゴムチューブ滑りや、普段は入れないジャンプ台の階段ツアー、バックヤードツアーなどを体験できます。



中央区は1年を通してさまざまなジャンルの地域イベントが盛りだくさん!

地域ならではの、温かい交流も楽しめます。

気軽に参加できますので、ぜひ一度足を運んでみませんか?

※ほかにもまだまだたくさんのイベントがあります。詳細は、今後の広報さっぽろでお伝えします。

このページのお問い合わせ
総務企画課広聴係 ☎205-3216

2 2020
月上旬

キャンドルの明かりがロマンチック!

ゆきあかりⁱⁿ中島公園

夜の中島公園が幻想的な世界に! 雪化粧した園内がスノーランタンの明かりで美しく照らされます。願い事が書けるオリジナルランタン作りも人気です。



6 2020
月下旬

登山経験がなくてもOK!

アタック・ザ・531M



藻岩山の山頂をゴールに、みんなで登山します。スポーツ推進委員がサポートしながら登るので、初心者でも安心して挑戦できます。



5 2020
月上旬

今年は約120人が参加しました!

お花見ウォーキング

満開の桜を眺めながら、円山動物園までの約3kmの道のりをウォーキングします。春の訪れを感じながら、みんなで健康増進を目指しましょう。



9/28

健康づくりのテーマパーク!

けんこうフェスタ2019 in ちゅうおう & 健康づくりセンターフェスタ

保健センターと健康づくりセンターを会場に、健康を学ぶイベントを開催! 無料のフィットネス体験やヘルスチェック、すてきな景品が当たるスタンプラリーで楽しく健康づくりを始めましょう!



10/23

みんなが主役の特別なステージ!

中央区みんなの講演会

「男女共同参画社会」について理解を深めてもらうため、有識者による講演や区民のステージ発表が行われ、会場が一体となって盛り上がります。



10/27

区民センターが丸ごとお祭り会場に!

中央区子どもまつり

毎年大好評! 緑日や工作コーナー、絵本の読み聞かせのほか、お祭り気分を盛り上げる屋台フードも販売。どんなコーナーがあるかは来てからのお楽しみ!



誰でも気軽に参加OK!

地域

中央区 イベント ガイド

8/10

夢中になれる
スポーツと出会える1日!

Cスポーツパーティー

4月に新しくなった中央体育館でバスケットボールやフットサル、ボルダリングなど、さまざまな競技を体験できるスポーツの祭典です。



7月下旬

暑さに負けず、夏を満喫!

ちびっこサマーランド

旭山公園通地区センターで行われる大人気のイベントです。シャボン玉やヨーヨーつりなどの外遊びのほか、屋内では作って遊ぶコーナーや昔遊びコーナーなど、暑い夏でも元気に楽しめる遊びが盛りだくさん!



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）

8月11日からの内容です

国民健康保険料の納付と夜間相談のお知らせ

9月2日(月)は平成31年度(令和元年度)国民健康保険料第3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らない方は、夜間相談を行いますのでご利用ください。

夜間相談 8月22日(木)、23日(金の)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。

問 保険年金課収納一・二係
☎ (205) 3343

シルバー人材センター出張入会相談

シルバー人材センターの概要や入会手続き、仕事までの流れについて説明します。入会のご相談にも応じます。

日 8月27日(火)10時～16時。

所 中央区民センター(南2西10)。

対 区内在住でおおむね60歳以上の方。

申 不要。当日、直接会場へ。

問 市シルバー人材センター
☎ (826) 3419

HP <http://www.silver.jp/>

エンジョイ・マタニティッキング

妊娠中に必要な栄養とバランスの良い食事の作り方を学ぶ簡単料理教室(20分で簡単ランチ)を行います。

日 8月27日(火)10時～13時。

所 中央保健センター(南3西11)。

対 区内在住で妊娠中の方。24人。

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、手拭き用タオル、筆記用具。

申 込、**E**。上欄必要事項のうち①③⑤と出産予定日を記入し、8月14日(水)～19日(月)に先着順。

申込先 健康・子ども課健やか推進係
☎ (511) 7223
E ch.morisu@city.sapporo.jp



がけ防災パネル展

9月1日は「防災の日」です。がけ崩れの危険はあなたの宅地の近くにもあります。あなたのお住まいは安全ですか？

市では、市民の日ごろの防災意識向上のためにパネル展を開催します。

日 9月3日(火)～5日(木)の9時～17時。

所 中央区民センター1階ロビー(南2西10)。

問 都市局宅地課
☎ (211) 2512

HP <https://www.city.sapporo.jp/toshi/takuchi/takubou/panel.html>



相談窓口のご案内

区役所1階相談コーナーでは、法律や家庭生活などに関する市政以外のさまざまな相談を下表の通り面談・電話で受け付けています。気軽にご利用ください。

問 総務企画課広聴係
☎ (205) 3216

相談名	相談員	相談内容・日時
家庭生活	家庭生活 カウンセラー	家庭生活、生き方、悩み事などについて。 月・木曜日の10時～12時、13時～16時。
法律 (予約制)	弁護士	困り事、争い事などの法的見解、解決方法について。 第1・3水曜日(面談のみ)。※当日9時から電話(☎231-2400代)でのみ予約受け付け。 先着8人。相談は午後から(1人20分)。
司法書士	司法書士	相続、遺言、不動産登記、多重債務などについて。 第2・4水曜日の13時～16時(面談のみ)。
行政	行政相談 委員	国やその関係機関などの仕事について(北海道管区行政評価局による相談窓口)。 第1・3火曜日の13時～16時。
あいワーク	職業相談員	職業相談・紹介などについて。月～金曜日の8時45分～17時。※区役所3階

広告

イベント情報局

申し込み・詳細は、電話または直接地区センターへ。
 来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

旭山公園通地区センター 南9西18 ☎520-1700 FAX561-6868

行事名	内容	日時	対象者・定員	費用	申込期間
包丁研ぎ教室	包丁研ぎの基本とコツを学びます。 (持ち物:万能包丁5本程度)	8月29日(木) ①10時~12時。 ②13時~15時。 ①、②ともに同内容。	15歳以上の方(中高生を除く)。 各10人。	2,300円。	8月16日(金) 9時~17時。 先着順。

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(STV5チャンネル)の使い方



STV5チャンネルに合わせて**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*さっぽろ*と検索するか、下の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

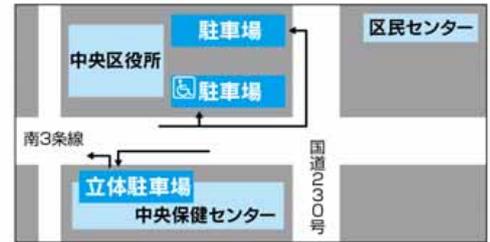


【中央区役所駐車場について】

区役所駐車場(8時30分~22時30分)は、駐車可能台数が限られていますので、お越しの際は、なるべく公共交通機関をご利用ください。なお、ご利用になる場合は、南3条線側からお進みください。

また、保健センターの立体駐車場(高さ1.53m以下・幅1.8m以下の車両のみ利用可能)も利用できますが、区役所駐車場と利用時間が異なりますのでご注意ください。

【詳細】総務企画課庶務係 ☎205-3205



中央区ガイド配布中!

中央区では、転入者向けに中央区ガイドを作成しています。

区内の地図に加え、区のプロフィールや防災に関する情報などを掲載しています。

配布場所 区役所1階0番窓口(総務企画課広聴係)、区内まちづくりセンター(中央1ページ参照)。



「広報さっぽろ7月号区民のページ」訂正のお知らせ

広報さっぽろ7月号区民のページ「水害に備える」の記事について、以下のとおり訂正しておわび申し上げます。

中央2ページ【事前の備え】①身の回りの危険を確認する
 訂正前: ●洪水ハザードマップは6月~8月に全戸へ配布予定です。
 訂正後: ●洪水ハザードマップは9月から全戸へ配布予定です。

子育て掲示板

●●●子育てに関する情報を掲載します●●●

親子同室講座

料理本には書いていない、親子一緒に美味しいね！をつくるコツ

内 時間や手間をかけずに離乳食（食事）を作る方法を管理栄養士がお伝えします。個別相談にも応じます。

日 8月30日（金）10時～11時。

所 中央保健センター（南3西11）。

対 区内在住で生後10カ月～1歳5カ月のお子さんとその保護者。

定 親子15組。

申 8月14日（水）～29日（木）

9時～17時15分に☎。先着順。

申込先 問 健康・子ども課子育て支援係

☎ 511-6399

年間の予定講座は「さっぽろ子育て情報サイト」をご覧ください。

HP <http://kosodate.city.sapporo.jp/chuou/index.html>

託児付き子育て講座

プラス言葉はなぜいいの？～脳の仕組みから考える子育て

内 子育て期にプラスの言葉を使うと良いと言われる訳を脳の仕組みから説明し、ポジティブな言葉使いが習慣化できるように学びます。

日 9月19日（木）10時～11時30分。

所 中央保健センター（南3西11）。

対 区内在住で就学前のお子さんの保護者。

定 20人。

申 9月5日（木）～18日（水）

9時～17時15分に☎。先着順。

申込先 問 健康・子ども課子育て支援係

☎ 511-6399

※多くの方に参加していただくため、親子同室講座は一家庭につき年2回まで、託児付き子育て講座は一家庭につき、年1回までの受講をお願いします。

貸切電車DE子育てサロン

内 市電に揺られながら「動く！子育てサロン」を開催します。子育て中の参加者同士で情報交換や交流をしませんか。電車事業所の見学もあります。

日 9月5日（木）10時～11時35分。

所 すすきの停留場貸切電車乗り場（南4西4）。

対 2歳～就学前のお子さんとその保護者。

定 15組。

申 8月19日（月）～9月4日（水）

9時～17時15分に☎。先着順。

申込先 問 健康・子ども課子育て支援係

☎ 511-6399



市電で一句

「貸切電車イベント」で参加者の皆さんが詠んだ俳句作品の一部をご紹介します。



◀「冬休み自由研究教室」



▼「学生が考える地域のまちづくり」

中央区では、貸切電車由市電沿線を1周しながらトークや歌などを楽しむ「貸切電車イベント」を開催しています。
 地域振興課まちづくり調整担当
 ☎ (205) 3221

8 丁 目 イ ン ス タ 映 え の は か ま か な 高 橋 佳 子 さ ん	蒼 穹 や 窓 枠 絵 画 山 桜	春 ひ ら く ビ ル の 谷 間 の 市 電 か な 近 藤 良 子 さ ん	春 日 あ び 路 面 電 車 の 懐 古 談 吉 岡 睦 子 さ ん	啓 蟄 や ひ と や す み せ し 路 電 車 庫 宮 崎 寿 美 枝 さ ん
---	---	--	--	---



▼▲「三月の路面電車DE俳句詠む」

