

編集：中央区市民部総務企画課広聴係
TEL.205-3216 FAX.231-6539
<https://www.city.sapporo.jp/chuo/>

区民のページ

ちゅうおう

2020
June

6

中島公園の脇を流れ、
コイの放流や水遊び場
などで親しまれている
都心のオアシス「鴨々
川」。今は写真でお楽し
みください。

穏やかな日々に 思いをはせて



今月の特集



増えています！
特殊詐欺被害

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／247,028人(+894) 世帯数／141,120世帯(+761)

※5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
- 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

- 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

中央保健センター

中央区土木センター

南3西11 ☎ 511-7221

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 → 札幌市コールセンター
分からぬときは

☎ 222-4894 8時～21時(年中無休)

FAX 221-4894 Eメール info4894@city.sapporo.jp

増えています！特殊詐欺被害

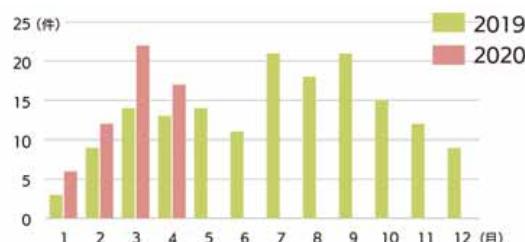
特殊詐欺とは、犯人が電話やはがきなどで、親族や公共機関の職員などを名乗って被害者を信じ込ませ、現金やキャッシュカードなどをだまし取る犯罪などのことをいいます。この特殊詐欺、昨年よりも北海道内の認知件数（※）・被害金額が増えています。今一度手口を確認し、被害を防ぎましょう！

【監修】北海道警察本部生活安全企画課 ☎ 251-0110

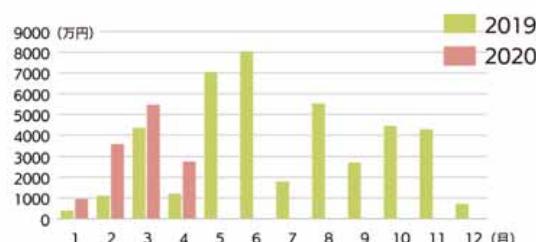
※認知件数：警察によって犯罪の発生が認知された件数

道内の2019年・2020年特殊詐欺被害の月別対比

認知件数の対比



被害金額の対比



- ▶ 2020年1～4月の認知件数は57件で、前年同期に比べ約1.5倍に増加しています。
- ▶ 2020年1～4月の被害金額は約1億2750万円で、前年同期に比べ約1.8倍に増加しています。

注意！最近被害が急増している手口です

警察官や金融機関の職員などを名乗り、「キャッシュカードが不正に使用されている。カードを確認する」などと言って自宅を訪れ、あなたの隙を見てキャッシュカードを盗み取る手口が増加しています。



警察官などを名乗り、「あなたのキャッシュカードが不正に使用されています。これからカードを確認しに行きます」などと電話が来る。

「この封筒にカードと暗証番号を書いたメモを入れてください」「封印するので印鑑を取ってきて」と言われる。

あなたが印鑑を取りに行っている間に、偽の封筒とすり替えられ、本物のカードが入った封筒が持ち去られてしまう。

上記のほかにも、「キャッシュカードが古くて使えない」「改元でカードが使えなくなった」「カードを預かる必要がある」などと言って自宅を訪れ、カードをだまし取る手口もあります。

警察官や金融機関の職員が、暗証番号を聞いたり、メモに書いてもらったりすることは絶対にありません。「キャッシュカードを確認する」「カードを交換する」「カードを封筒に入れて保管する」などという電話を受けたら、迷わずには110番をするなどして警察に通報してください。



北海道警察本部
生活安全企画課
なりた
成田警部

特別定額給付金（1人10万円）の詐欺にもご用心！！

札幌市や総務省などが、次のことをお願いすることは絶対にありません！

- ✗ ATMの操作をお願いすること
- ✗ 受給にあたり、手数料の振り込みを求めること
- ✗ メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

怪しいと思ったら、新型コロナウイルス給付金関連消費者ホットライン（0120-213-188）や警察にご相談ください。

このような詐欺もあります

還付金詐欺

「ATMで医療費・保険料を還付する」「携帯電話を持ってATMに行って」は詐欺！

逆にお金をだまし取られます。



架空料金請求詐欺

「電子マネーの番号を教えて」「お金は宅配便で送って」は詐欺！

短い期限を設けて「支払わなければ裁判になる」など不安をあおつてお金を要求してきます。一度払うと何度も要求してきます。



オレオレ詐欺

「電話番号が変わった」「新しい番号を教える」は詐欺かもしれません！

「電話番号が変わった」と言われたら、以前から登録している番号にかけ直しましょう。



＼電話機で詐欺を防止！／

犯人と電話で話さないことが何よりの対策となります。

▶在宅時も自宅の電話を留守番電話に設定しておき、相手を確認してから電話に出るようにしましょう。

▶通話前に「この通話は防犯のために録音します」などの警告音声が流れる防犯電話機もあります。

留守電のメッセージを「詐欺被害防止のため、留守番電話にしています」に変更しておくのもお勧めです。「留守電にしておくのは相手に悪い」と考えてしまう方もいらっしゃいますが、犯人と直接話をしないことが大切ですよ。



被害を防止するために～北海道警察からのメッセージ

まずは「最新の手口を知る」ことから始めましょう。北海道警察では、ホームページで特殊詐欺の手口や対策などについて紹介しているほか、「ほくとくん防犯メール」でお住まいの地域の防犯情報を発信しています（右の二次元コードから登録できます）。



もう一つ重要なことがあります。「知っているから大丈夫」「自分はだまされない」と考えていると、手口を知っていたとしても犯人のペースに巻き込まれてしまいます。手口を知った上で、「自分にも詐欺の電話がかかってくるかもしれない」と考え、その時にどう対応するか、誰に（どこに）相談するかを決めておくことが重要です。

お金などを送る・手渡す・振り込む前に家族や警察に相談してください。

警察相談専用電話

#9110（年中無休24時間）

※通話料金がかかります。



北海道警察ホームページ
「特殊詐欺に遭わないために」

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）

中央区からのお知らせ

6月11日からの内容です

○ベンチに座るときは、間隔を空けましょう。
○遊具は、順番に並んで使用しましょう。
○公園で遊んだ後はしっかりと手洗いしましょう。
○大人の方が、散歩するときも同じように気を付けましょう。
○密接・密集することを避けましょう。

毎年、広報さっぽろ6月号で参加者を募集していましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年は中止を決定しました。楽しみにしていただいている皆さんには大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

問 地域振興課地域活動担当
(205) 3221

アタック・ザ・531M
(藻岩山ファミリー登山)
中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、イベントや講座などが中止・延期となる場合があります。

○ベンチに座るときは、間隔を空けましょう。
○遊具は、順番に並んで使用しましょう。
○大人の方が、散歩するときも同じように気を付けましょう。
○公園で遊んだ後はしっかりと手洗いしましょう。
○密接・密集することを避けましょう。



HP <https://www.city.sapporo.jp/chuo/shiden/index.html>
問 課 (205) 3221

中央区土木センター
からのお願い

市電の会
賛助会員募集中



問 中央区土木センター
(614) 5800

市電の会では賛助会員を募集しています。市電が好きな方ならどなたでも入会できます。新規でご入会いただくと、賛助会員バッジの他、記念品と会報誌を進呈します。詳しくは、ホームページ「市電俱楽部」または市電の会事務局（中央区地域振興課）へお問い合わせください。

問 市電の会事務局（地域振興課）
(205) 3221

国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療制度の納付通知書を発送します。

令和2年度の国民健康保険料納付通知書を6月15日(月)に、介護保険料納付通知書を6月16日(火)に、後期高齢者医療制度保険料納付通知書を6月17日(水)にそれぞれ発送します。

納付通知書発送後は、窓口や電話が大変混雑することが予想され、ご迷惑をお掛けする場合がありますので、ご了承願います。

問 保険年金課保険係
(205) 3342

※夜間・休日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。

7月16日(木)に実施を予定しておりました「アンガーマネジメント・イライラをニコニコに」とは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止を決定しました。楽しみにしていただいている皆さんには大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

今後は9月に「乳幼児の心と発達について」、令和3年2月に「おもちゃについて」の実施を予定しています。

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は、夜間・休息のある方は早急に納付願います。

問 健康・子ども課子育て支援係
(511) 6399

※受け付けは14時30分まで。
休日相談 6月19日(金)、23日(火)
の20時まで。
※受け付けは19時30分まで。
6月21日(日)、28日(日)
の10時～15時。
※受け付けは14時30分まで。



広告

子育て掲示板

●●●子育てに関する情報を掲載します●●●



子育て相談を実施しています

外出することが不安な今、「誰に聞いたらいいいだろう」「子どもとの遊び方を知りたい」など、心配なことやお困りのことなどありませんか？どんなことでも構いませんのでご利用ください。

【訪問による相談】

保育士がご家庭を訪問し、相談をお受けします。訪問日時の調整のため、まずはお電話をください。

対 0歳～就学前のお子さんの保護者

日 月～金曜日（祝・休日、12月29日～1月3日を除く）

10時～16時の間で1時間程度

【電話や来所による相談】

対 0歳～就学前のお子さんの保護者

所 中央保健センター（南3西11）

日 月～金曜日（祝・休日、12月29日～1月3日を除く）

8時45分～17時15分

問 健康・子ども課子育て支援係 ☎ 511-6399

家にこもりがちな高齢者の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症が怖くて、ずっと家にいたら調子が…

そこで提案します！

家族や友人と電話などで交流してストレスをためずに過ごしましょう！

無理のない健康づくりを心掛けましょう！

問 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 511-7223

生態

4月～7月は子育てシーズン

繁殖期になるとつがいで巣を作り、ひなが巣立つまで子育てをします。普段はおとなしいカラスもこの時期は神経質になっています。

人を威嚇するのは子を守ろうとする本能

子育ての期間中、親カラスは卵やひなを守ろうと、敵を驚かせて巣の近くに寄せ付けないようにすることができます。

生ごみはごちそう

大量に出される生ごみを目当てに市街地に集まっています。栄養もあるので元気なカラスが増える原因にもなっています。



カラスに襲われないために

<カラスを刺激しないで！>

- ⚠ 巣の下で立ち止まらない
- ⚠ 巣を見ない
- ⚠ 石を投げない
- ⚠ 棒を振り回さない
- ⚠ 道を迂回する

カラスが襲ってきそうと感じたら…



問い合わせ先

子ガラスの保護（地面にうずくまっている場合）	市コールセンター ☎ 222-4894
巣の中に卵やひながいる場合の捕獲の許可	環境局環境共生担当課 ☎ 211-2879
公園・街路樹にできた巣（威嚇の危険がある場合）	中央区土木センター ☎ 614-5800
電柱にできた巣	北海道電力ネットワーク ☎ 251-1123
NTT柱	NTT東日本北海道 ☎ 0120-444-113

いただきます！おうちごはん

おうちでご飯を楽しむ方へ、缶詰を使った栄養満点のレシピを紹介します。
下ごしらえの時間も短く、うまいみたっぷりの簡単レシピです！



中央区食育マスコット「モリス」

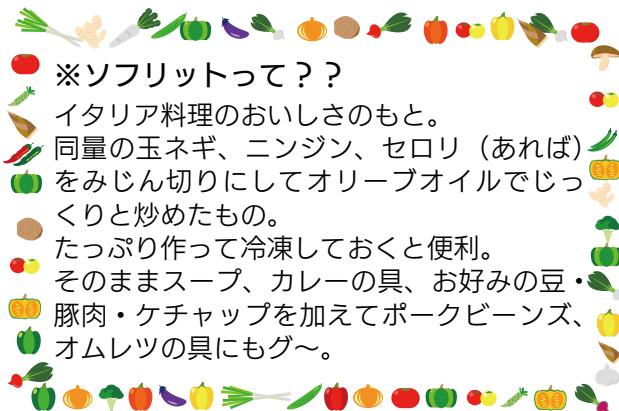
<缶タン！お手軽トマトソースパスタ>



(1人分 563kcal)

◆◆◆【材料】2人分◆◆◆

パスタ 200g
刻みニンニク（瓶詰） お好みで
オリーブオイル 適量
ブナシメジ 1/2袋（50g）
※ソフリット お好みで
カットトマト缶 1/2缶（200g）
サンマのかば焼き缶 1缶（100g）
大豆水煮（つぶす） 40g
塩・こしょう 適量
パセリ お好みで



中央区役所ホームページでは、レシピや
食育に関する情報を掲載しています。

モリスの食育



【下準備】

- ①ブナシメジは、根元をはさみで切り、ほぐす。
- ②パスタは、標準ゆで時間「マイナス1分」でゆでる。

【作り方】

- ①フライパンにオリーブオイルとお好みで刻みニンニクを入れて弱火で炒める。
- ②香りが出てきたら、ブナシメジとお好みでソフリットを入れて炒める。



- ③ブナシメジがしんなりしてたら、大豆水煮、カットトマト缶、サンマのかば焼き缶を入れる。サンマはへらでほぐす。



- ④ひと煮立ちしたら、塩・こしょうで味付けする。



- ⑤ゆでたパスタを加えてあえたたら出来上がり！
お好みでパセリを添えて彩りアップ♪

広告