



今月の

わたしだけの北区、見つけた。

「柳の木の下で」(新川2-13) 荒木 郁子さんの作品

作者コメント：西陵橋付近の中州にある大きな柳の木の下で、ひっそりと釣り糸を垂らす釣り人の姿に趣を感じました。四季折々美しい風景に出会うことができる新川沿い。ウォーキングが日課のわたしだけが気付いた光景ではないでしょうか。



作品募集中!

北区まちづくり
キャラクター「ぼっぴい」



▲募集要領

【北区役所】

〒001-8612 北区北24西6 (代表) ☎757-2400

北区HP:「みてきて北区」 <https://www.city.sapporo.jp/kitaku/>

編集:北区市民部総務企画課広聴係 ☎757-2503 FAX757-2401 Eメール ki.somu@city.sapporo.jp



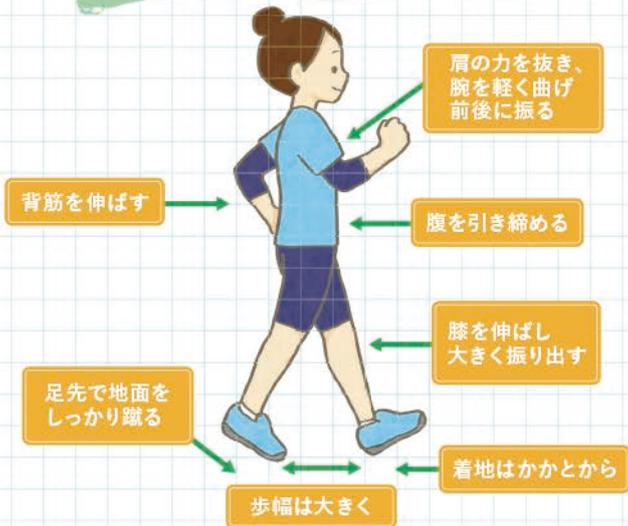
きた 1

2022 ● 広報さっぽろ



CHECK!

ウォーキングの正しい姿勢



ウォーキングのココロとカラダへの効果

- ・ストレス解消～血液の循環が脳に刺激を与え、自律神経の働きを安定化する。
- ・生活習慣病の予防、筋力や体力の向上、骨粗しょう症の予防、脳の活性化

注意事項 天候や体調に注意

- ・こまめな水分補給
- ・日陰を利用してこまめに休憩
- ・帽子で直射日光を避ける



ウォーキングマップを配布中!

今回紹介したコース以外も掲載されている「北区ウォーキングマップ」を北区役所などで配布中。ぜひご利用ください。



夏本番! 川辺を ウォーキング してみよう!

水辺に恵まれた北区は、大小多くの河川が流れています。屋外でのウォーキングが気持ちの良いこの季節。今回の特集では川辺を歩く3つのウォーキングコースをご紹介します。ココロとカラダの健康に、緑や川の音を楽しみながら、歩いてみませんか。

【詳細】健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



新川コース

距離/6.8km



各自のペースに合わせて好きなポイントで折り返せます

天狗橋付近の新川



鴨居橋付近の琴似川



新川って?

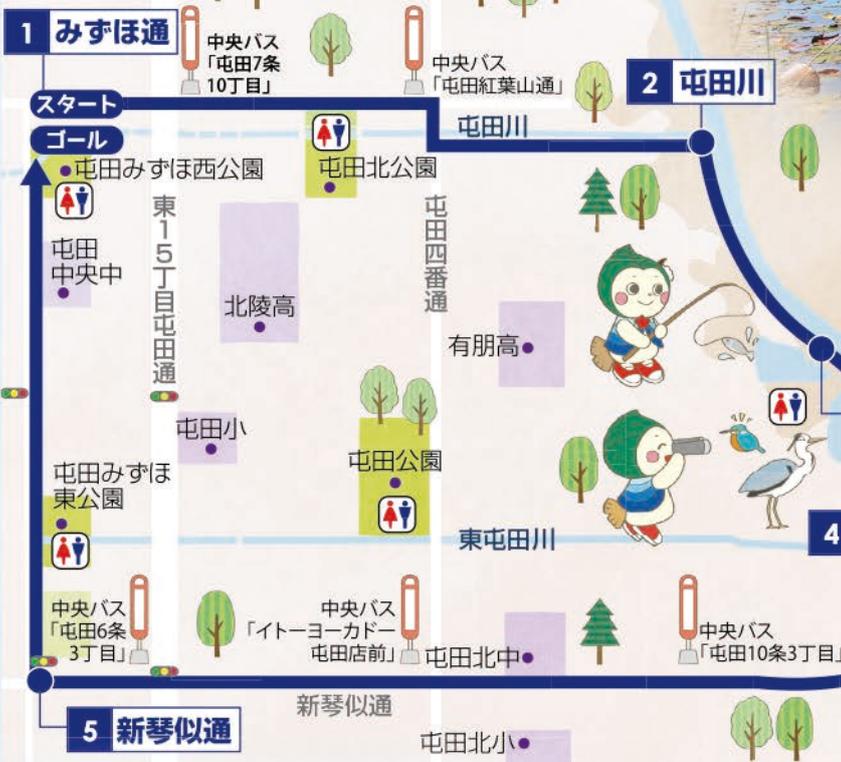
洪水防止のため、明治時代の治水事業で造られた人工の河川なんだよ!

屯田 遊水地 コース

距離/6.6km

東屯田川遊水地って？

河川の増水時に水の一部を流入させ、水量の調整をはかる洪水対策の土地。地形を利用した自然な遊水地だよ！



発寒川沿い



屯田地区健康づくり推進実践会
沼田 昭宏会長

池に魚が泳いでいたり、季節によってさまざまな鳥の姿も見られ、自然豊かなコースです。今の時期は、特に朝～午前中に歩くのがおすすめです。鳥のさえずりが聞こえる中を歩くと、すがすがしく、心が洗われるような感覚になります。



篠路川



篠路川沿いのレンガ倉庫

篠路川って？

昔のまま蛇行した川筋が残る篠路川。江戸末期から開拓使の時代には、人や物を運ぶ重要な役割を果たしていたんだよ！



篠路川 コース

距離/約4.2km

明るい選挙啓発ポスター募集

対象 北区にお住まいまたは北区内の学校に在学している小学生および中学生

募集作品 明るい選挙の呼び掛けを目的としたポスターで、選挙に関する標語が入っているもの(1人1点)。四つ切(542mm×382mm)または八つ切(382mm×271mm)の画用紙を使用してください。



めいすいくん

申込 作品の裏面に「学校」「学年」「氏名」「住所」を明記し、8月31日(水)までに北区選挙管理委員会事務局に直接(郵送可)または学校を通じて提出

詳しくは 北区選挙管理委員会事務局 ☎757-2404
(〒001-8612 北区北24西6 北区役所3階)

「北区クロスワードのなぞ3」(6月号掲載)の答え

キ _F	ン	ケ	ホ	ツ	ケ
タ	サ	ツ	ポ _A	ロ	ン
グ	ワ	パ	イ	ミ _E	チ
チ	ブ _B	レ	ラ _C	ク	
ガ	ラ	シ	ン	コ	
タ	イ	ザ	ン	タ	レ
デ	ガ	ト	イ	キン	
ナ _D	ン	ボ	ク	ン	ガ

パズルの答え

ポプラナミキ



正解者多数のため、抽選で10名の方にぼっぴいキャンバストートをお送りします。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。たくさんのご応募、ありがとうございました!

詳しくは 総務企画課広聴係 ☎757-2503

国民健康保険料 夜間納付相談

開庁時間(平日8時45分~17時15分)にお越しになれない方は、夜間納付相談をご利用ください。

とき 7月28日(木) 17時15分~19時30分

ところ 北区役所1階⑩番窓口(北24西6)
北玄関(休日夜間通用口)をご利用ください。

必要書類 国民健康保険証、直近3カ月の収入が分かるもの(給与明細など)、昨年の収入が分かるもの(確定申告書や源泉徴収票など)

※区役所の駐車場は利用できませんので、札幌サンプラザの駐車場をご利用ください。また、電話での納付相談も可能です。

詳しくは 保険年金課収納一・二係 ☎757-2493

情報 プラザ

7/11(月)

8/10(水)

新型コロナウイルス感染症の影響で、掲載した内容は変更となる場合があります。

新琴似図書館の休館・臨時窓口の開設について

新琴似図書館(新琴似7-4)は令和4年7月6日(水)~11月13日(日)まで、改修工事のため休館となります。休館期間中は下記のとおり臨時窓口を開設します。

開設場所 プラザ新琴似(新琴似7-4)2階 梅の間

開設期間 7月14日(木)~10月31日(月)
※休館日: 第2・第4水曜日

開設時間 火~木曜日: 9時15分~19時
金~月曜日・祝日: 9時15分~17時

業務内容 予約図書の貸出・申込受付、図書の返却、貸出券の新規登録・変更、所蔵調査

※蔵書の検索や予約ができる利用者用端末機を1台設置します。
※工事の状況により、工事期間・臨時窓口開設期間・休館日などに変更になる場合があります。

詳しくは 新琴似図書館 ☎764-1901

成人式(仮称)の運営スタッフ募集

令和5年1月に開催する成人式(仮称)の企画に携わる運営スタッフを募集します。10月~12月に行う数回の打ち合わせと、式当日にスタッフとして参加いただきます。



対象・定員 北区にお住まいで平成14年4月2日~平成15年4月1日生まれの方・6人程度

申込 7月29日(金)までに地域活動担当係へ申し込み(ファクスまたはEメールの場合は、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を記入)

Eメール kita.katsudou@city.sapporo.jp

※成人式(仮称)の開催状況によって変更となる場合があります。

詳しくは 地域振興課地域活動担当係 ☎757-2407
FAX 747-5898

広告

北保健センターおすすめランチ

札幌サンプラザレストランでは、北保健センター管理栄養士監修のヘルシーランチを提供しています。



と き	7月11日(月)～15日(金) 11時～14時
と ころ	札幌サンプラザレストラン(北24西5)
メニュー	赤魚の蒸し物おろしポン酢、鶏肉のトマトソース煮、ポテトサラダ、オニオンスープ、ご飯、コーヒーまたはウーロン茶 (野菜使用量150g、エネルギー526kcal)
料 金	1,000円(税込み)

マタニティ教室《無料》

初めて赤ちゃんを迎える方の準備教室です。赤ちゃんの沐浴・着替えの体験や、保健師・歯科衛生士・管理栄養士による講話などを行います。



と き	8月10日(水) 13時30分～15時30分 受け付けは13時から
と ころ	北保健センター2階 講堂(北25西6)
対象・定員	北区にお住まいの初妊婦さんで出産予定日が12月1日～31日の方とその家族・先着10組(1組2人まで)
申 込	7月25日(月)～8月9日(火)に健やか推進係へ電話またはファクス(ファクスの場合は、住所、参加者氏名(ふりがな)、電話番号、出産予定日を記入)

胃がん・大腸がん・肺がん検診《3種類同時受診可》

北保健センターで胃がん・大腸がん・肺がん検診を行います。

と き	7月22日(金) 9時～11時
と ころ	北保健センター1階(北25西6)
対象・定員	下表をご確認ください。

種類	対象	定員
胃がん検診	50歳以上で、偶数歳の方(50歳以上で奇数歳の方は、直前の偶数歳のときに札幌市胃がん検診を受診していなければ対象)	先着25人
大腸がん検診	40歳以上の方	先着40人
肺がん検診		なし

料 金 胃がん(バリウム)1,100円/大腸がん(検便)400円/肺がん(胸部エックス線)無料
(医師の判断で喀痰検査が必要な場合は400円)

申 込 7月14日(木)までに健やか推進係へ電話またはファクス(ファクスの場合は、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望する検診の種類・日付を記入)

※70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方、支援給付世帯の方は費用が免除されます。保険証や生活保護受給証明書、課税証明書、本人確認証などの証明できる書類をお持ちください。
※肺がん検診のみの場合は申し込み不要です。
※新型コロナウイルス感染症の影響で中止となる場合があります。

詳しくは 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181
FAX757-1187

保健センターから

住民集団健康診査

地区会館などで住民集団健康診査を行います。

とき・ところ 下表をご確認ください。

月日	実施時間	会場
7月15日(金)	9時～11時	麻生地区会館 (北39西5)
	13時30分～15時	
7月21日(木)	9時30分～11時	烈々布会館 (百合が原11-194)
7月25日(月)	9時30分～11時	屯田二番通り東会館 (屯田5-2)
7月27日(水)	9時30分～11時	第四太平会館 (太平9-7)
7月31日(日)	9時30分～11時	篠路コミュニティセンター (篠路3-8)
8月2日(火)	9時30分～11時	札幌創成高等学校 (北29西2)
	13時30分～15時	
8月5日(金)	13時30分～15時	篠路こまどり会館 (篠路7-4)
8月8日(月)	9時30分～11時30分 13時30分～15時	北区民センター (北25西6)
8月9日(火)	9時～11時	拓北ひまわり会館 (拓北7-3)
	13時30分～15時	
		内外太平会館 (太平10-4)

対象・費用 下表をご確認ください。

種類	対象	費用
健康診査	40～74歳で札幌市国民健康保険に加入の方	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度に加入の方	
	生活保護世帯で40歳以上の方	無料
	支援給付世帯で40歳以上の方	
肺がん検診	40歳以上の方	無料(医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円)
肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料

申 込 不要。当日直接会場へ

※健康診査は、受診券と健康保険証(生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、支援給付世帯の方は本人確認証)を持参してください。

※肺がん検診と肝炎ウイルス検査は受診券不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものを持参してください。

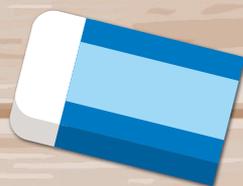
詳しくは 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



ぼっぴい おかえり市電のふるさとへ



かつての市電の車庫跡に建つ札幌サンプラザ（北24西5）前に、この4月、市電車両が設置されたのをご存じですか？
 今月は、昭和49年に廃止されるまで、区民の足として活躍した市電鉄北線の歴史を、北24条商店街振興組合の小泉理事長に伺いました。



写真（上）：北24条にあった停留場（昭和47年撮影）
 （中）：札幌サンプラザ前の車両「市電248号」
 （下）：6月11日に行われた市電お披露目式の様子

なぜ北24条に市電の車両を置くことになったの？

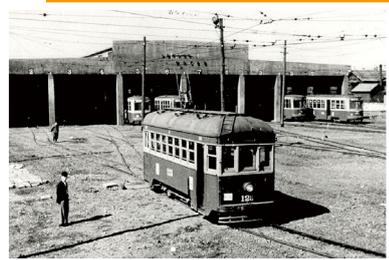
市電が活躍した場所でも、かつての幌北車庫の跡地（札幌サンプラザ）に市電を設置し、地域活性化に役立てるといふプロジェクトがあったからだよ。この車両は、北24条商店街振興組合に寄贈されたものなんだ。

北區にも市電が通っていたって本当？

市電鉄北線は札幌駅前から新琴似駅前まで通っていたんだ。当時は通勤・通学の人で毎日ぎわって、車両を連結させて走ることもあったよ。



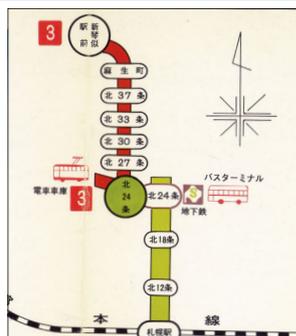
昭和36年から北24条でお店を営む
 小泉 詔信 さん



▲幌北車庫（札幌市交通局所蔵）

市電鉄北線の歴史

昭和2(1927)年に開通。新琴似地区をはじめとする宅地化とともに北部へ延長し、昭和39(1964)年には新琴似駅前までの総延長5,228mと当時の市内の路線で最長のものとなった。
 重要な交通機関として市民に活用されたが、昭和46(1971)年の地下鉄南北線開通に伴い、徐々に路線を縮め、昭和49(1974)年には全線が廃止された。



▶当時の市電路線図（北區部分）

市電の駅を中心にまちづくりが進んだの？

馬車を通るような砂利道だったのが、市電が通ってから舗装化が進み、商店や飲食店も増えていったんだ。北24条が「北のススキノ」と呼ばれた時期もあったんだよ。

今後、市電車両はどんなふうに使われるの？

小学生の絵の展示などの子ども向け企画やイベントの開催を考えているよ。車両が地域のシンボルになって、多くの人が集うコミュニケーションができたらうれしいね。

広告