

2

February
2026

区民のページ

ちゅうおう



『中央区で
楽しく過ごす
「中ウォーカン」の
イラスト』
応募作品



ちゅう
中ウォーカン

市電がモチーフの
中央区マスコット
キャラクター

みずしま ももきさんの作品

「雪まつりで遊ぶ
中ウォーカン」

ライトアップしてみました。

中央区役所

〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目 中央区複合庁舎内

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）

☎231-2400（代表）

※区役所へお越しの際は公共交通機関をご利用ください。

※市外局番はすべて011です。

まちづくりセンター

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

中央保健センター 南3西11 ☎ 231-2400

中央区土木センター 北12西23 ☎ 614-5800

その他の
機関・施設

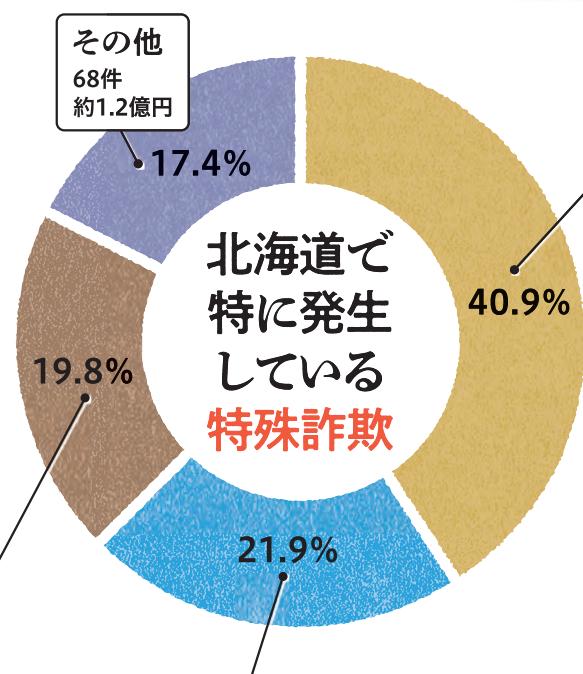
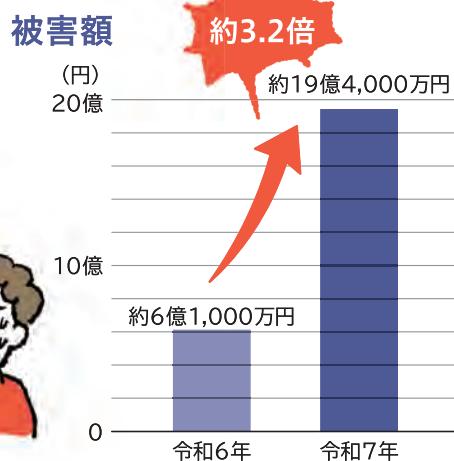
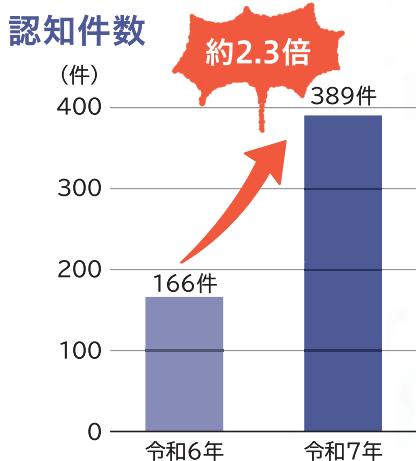
- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| ● 中央清掃事務所 南区南30西8 ☎ 581-1153 | ● 中央区民センター 南3西11 ☎ 271-1100 |
| ● 中央消防署 南4西10 ☎ 215-2120 | ● 旭山公園通地区センター 南9西18 ☎ 520-1700 |

それ、実は
詐欺かも？

知つて防ごう特殊詐欺

(北海道) 特殊詐欺の認知件数と被害額

(北海道警察HP-北海道の特殊詐欺事件発生状況)



預貯金詐欺 85件 約1.1億円

【手口】

区役所など自治体の職員に成り済まし、「医療費の払戻金があり、キャッシュカードの確認が必要」と自宅を訪れるなど、キャッシュカードをだまし取り、暗証番号を聞き出そうとする。

【対策】

- ・暗証番号は絶対に教えない。
- ・キャッシュカードは他人に渡さない。

オレオレ詐欺 159件 約15.8億円

- 詐欺かも？
- ・電話番号が変わった
 - ・今すぐにお金が必要



【手口】

- ・子や孫に成り済まし、「仕事のトラブルで今すぐにお金が必要」などお金を要求する。
- ・複数の犯人が上司役や警察役などに成り済まし、トラブルが起きていることを信じ込ませようとする。

【対策】

- ・お金の話が出たら、一旦電話を切って、周りや警察に相談しましょう。
- ・本人や家族に事実を確認しましょう。

詐欺かも？

- ・払戻金（還付金）がある
- ・キャッシュカードの確認が必要



その電話、そのメール。本当に信じて大丈夫ですか？特殊詐欺の手口は、年々巧妙になっています。家族や区役所を装う電話はもちろん、LINEやInstagramなどのSNSも犯罪の入り口に。最新の手口を知り、あなたと大切な家族の財産を守るために。最新の手口を確認しましょう。

詐欺かも? と思ったら 警察相談専用電話

#9110



「# 9110」番では、警察に対するさまざまな相談に応じています。犯罪や事故に当たるか分からぬが、警察に相談したい時は「# 9110」番をご利用ください。

※ダイヤル回線電話、IP電話などで短縮ダイヤルが利用できない場合は、北海道警察本部警察相談センター(☎241-9110)にご連絡ください。

特殊詐欺の発生状況
をマップで確認!

北海道警察公式
防犯アプリ
ほくとポリス

※他にも防犯ブザー機能や痴漢対策機能を搭載



iPhone

Android



App Store
からダウンロード

手に入れよう
Google Play

全国でも被害が急増中

特に被害が急増しているSNSを使った詐欺の手口

SNS型投資詐欺

【手口】

- SNS のダイレクトメッセージから「株や暗号資産に投資すれば利益が出る」などと言葉巧みに被害者を信用させ、投資金や手数料としてお金を支払わせる。
- 著名人に成り済ました詐欺広告をクリックさせ、犯人の SNS アカウントやグループチャットへ誘導する。

詐欺かも? ポイント

- 絶対にもうかる
- あなただけに教える



【対策】

- 面識のない相手からの投資勧誘やメッセージに注意する。
- 「必ずもうかる」「あなただけ」などのもうけ話は、まず疑いましょう。

SNS型ロマンス詐欺

【手口】

- SNS やマッチングアプリなどを通じて、直接会うことなくやりとりを重ねて恋愛感情や親近感を抱かせ、お金をだまし取ろうとする。
- 結婚をほのめかし、投資サイトへ誘導する。

詐欺かも? ポイント

- 2人の将来のために投資しよう
- 会いたいから旅費を送って



【対策】

- 直接会ったことのない人からお金の話をされても信じない。
- AI などを利用した成り済ましも増えています。
少しでも怪しいと思ったら、周りや警察に相談しましょう。

架空料金請求詐欺 77件 約1.3億円

【手口】

- 「未納料金が発生している。支払わないと裁判になる」などとショートメールやはがきを送付し、架空の料金を支払わせようとする。
- 実在する企業、法務省や裁判所などに成り済まして連絡してくるケースが多い。

詐欺かも? ポイント

- 電子マネーカードを購入して
- 国際電話（「+」から始まる番号）からの連絡



【対策】

- 心当たりのないショートメールやはがきが届いたら、周りや警察に相談しましょう。
- ショートメールやはがきにある連絡先には連絡しない。

中央区からのお知らせ

〈2月1日からの内容です〉

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）

中央区役所・中央保健センター・中央区民センターは、
中央区複合庁舎（南3西11）に移転しました

国民健康保険料の納付と 夜間・休日相談について

内 3月2日(月)は、令和7年度
国民健康保険料第9期分の納
期限です。

保険料を納付できない特別
な事情がある方は区役所にご
相談ください。

また、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・休日相談を行
ますので、3階1番窓口へ直
接お越しください。

※相談の際は納付困難な状況
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。

夜間相談 2月17日(火)、26日(木)
の20時まで。
※受け付けは19時30分まで。

休日相談 2月15日(日)の10時～
15時まで。

係 申込先 問 保健福祉課保健支援
部 (205)33305

大通公園西周辺エリアの まちづくりに係る意見聴取

「未来の学校」をテーマにワーキングセッションとシンポジウムを実施します。子どもから大人まで楽しめるプログラムです。

日 2月28日(土)10時～17時。
所 中央区複合庁舎1階区民

ギヤラリー（南3西11）。
対 プログラムにより異なるた
め、HPでご確認ください。

申込先 問 市民文化局国際芸術
祭担当課 (211)2314

申込先 問 2月25日(水)までに、
HP。

日 ①3月6日(金)10時～17時、
②3月7日(土)10時～17時、③

3月8日(日)10時～12時。

所 ①②中央区複合庁舎1階
区民ギャラリー（南3西11）、
③札幌市資料館2階研修室
(大通西13)。

問 まちづくり政策局都心まち
づくり課 (211)2692

新年お年玉中央区クイズ
(1月号特集)の答え

キーワード 中央区ふくじゅう庁舎

※記入欄A～Dの枠外を省略
した回答も正解とします（例

Aふ・Bく・Cご・Dう）。

クイズの答え ①ふゆ②おおくら③
ごばん④う（5カ所。間違
い箇所は左図のとおり）。



▲ 大通公園西周辺エリア

SSTEAMスクール教育喫茶 STEAM教育体験ワーク ショップ&トーキイベント

内 札幌国際芸術祭(S-T-E-A-M)
と教育関係者による「コミュニティ」「教育喫茶」の特別編。

学校の先生やアーティストが、
SSTEAM教育で生み出す
「STEAM教育で生み出す
未来の学校」をテーマにワーキングセッションとシンポジウムを実施します。子どもから大人まで楽しめるプログラムです。

申込先 問 保健福祉課保健支援
部 (205)3216



広告

イベント情報局

詳細は電話または直接施設へ。
来場の際は公共交通機関をご利用ください。

中央老人福祉センター 大通西19 社会福祉総合センター2階 ☎ 614-1001 FAX 614-5309

令和8年4月～令和9年3月の定員制教養講座受講生を募集します。

内 下表のとおり

対 市内在住の60歳以上（昭和41（1966）年4月1日までに生まれた方）で、1年間受講できる方

￥ 無料（教材費は実費負担）

講座名	開催日	時間	定員
おおたか 大高先生の スッキリ体操	第1・3月曜日	【二部制】①13時～14時 ②14時15分～15時15分	①② 各25人
皮革工芸	第1・2・3火曜日	10時～11時30分	12人
たのしいお花	第1・3火曜日	13時～14時30分	15人
はじめてのヨガ	月3回木曜日	【二部制】 ①9時30分～10時30分 ②10時45分～11時45分	①② 各18人
大正琴	第1・2・3木曜日	10時～11時30分	12人

甲 2月9日(月)～20日(金)（11日(水・祝)を除く）の9時～16時に窓口へ直接。（抽選）（抽選は3月5日(木)13時30分～）

※利用登録証（お持ちでない方は年齢・住所を証明できる書類）をお持ちのうえ、ご本人が直接お申し込みください。電話での申し込み・代理の方による申し込みはできません

講座名	開催日	時間	定員
オカリナ	第2・4木曜日	13時～14時30分	12人
筆もじ	第2・4金曜日	【二部制】①10時～12時 ②13時～15時	①② 各10人
水彩画	第1・3金曜日	13時～14時30分	16人
絵手紙	第2・4金曜日	13時～14時30分	16人
椅子で行う けんしんそう 健身操	第1・3金曜日	13時30分～15時	28人

中央区民応援デー

ファイターズ戦にご招待！

3月4日(水)～22日(日)に開催される北海道日本ハムファイターズの
プレシーズンゲームズ（オープン戦）にご招待します。

- 会場 エスコンフィールドHOKKAIDO（北広島市Fビレッジ1）
- 対象・定員 区内在住の方・500組1,000人（対象8試合合計）
- 申込期間 2月1日(日)～18日(水)

■HPまたは二次元コードから。HPで詳細を確認の上、お申し込みください。多数時抽選。

抽選結果は当選された方にのみ、締め切り後1週間をめどにメールで送付します。

HPapply.hkdballpark.com/form_entry/inv26spr

■北海道日本ハムファイターズお問い合わせフォーム

HPwww.fighters.co.jp/company/contact/

📞0570-005-586

※区民応援デーはプロスピネット SAPPOROに基づく、札幌市スポーツ局の主催事業です（スポーツ局スポーツ振興担当課 ☎ 211-3044）
※応募いただきました個人情報は、（株）ファイターズ スポーツ＆エンターテイメントが適切に管理し、本件を含むファイターズ関連のDM・アンケートなどによる案内以外には利用されません



申込 よくある質問



©H.N.F.

ウインタースポーツフェスタ in大倉山ファイナル

内 大倉山ジャンプ競技場を会場に、普段は入ることのできないランディングバーンでのチューブすべりや、ジャンプ台横の階段を上り頂上を目指すSatz階段ツアーなど、子どもから大人まで楽しめる遊びがいっぱい。バックヤードツアー、ゴルポッカ、そり遊び、アイスホッケーシュート体験も行う予定です。

■ 2月15日(日)10時～15時

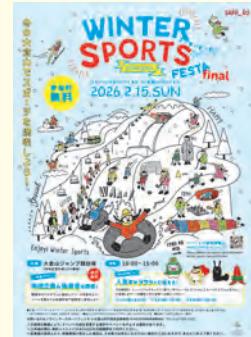
■ 大倉山ジャンプ競技場
(宮の森1274)

※会場へは地下鉄円山公園駅前バスターミナルからの無料シャトルバスまたは路線バスをご利用ください



問 地域振興課
地域活動担当係

📞205-3221



健康ガイド

中央保健センター
からのお知らせ

市民健康教育講座 ～「秘伝」こどもの薬で困らない知恵袋

内 乳幼児や小児へのお薬の使い方の基本やよくあるお悩みをちょっとした工夫で解決するコツを薬剤師からお教えします。併せて、薬局での待ち時間の短縮方法、感染症への対策、かかりつけ薬剤師の活用方法などもご説明します。講師はナカジマ薬局部長代理の染谷光洋さんです。

日 3月16日(月)10時～11時（9時45分開場）

所 中央区複合庁舎4階講堂（南3西11）

対 区内に在住または通勤・通学している方。15組

申 2月24日(火)～3月6日(金)8時45分～17時15分に、HP、直接窓口へ。(抽選)

申込先 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 205-3352

HP ttzk.graffer.jp/city-sapporo/smart-apply/apply-procedure-alias/r7yakuaisikai



申込・詳細



申込・詳細

市民健康教育講座 ～「オーラルフレイル」お口の健康

内 加齢に伴ってお口のトラブルで悩んでいませんか？早期にお口の機能の低下を予防して元気に過ごしましょう。講師はマリオン歯科院長の乾友典先生です。

日 3月11日(水)14時～15時（13時45分開場）

所 中央区複合庁舎4階講堂（南3西11）

対 区内に在住または通勤・通学している方。50人

申 2月12日(木)～3月10日(火)8時45分～17時15分に、HP、直接窓口へ。(先着)

申込先 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 205-3352

HP ttzk.graffer.jp/city-sapporo/smart-apply/apply-procedure-alias/R7sika



申込・詳細



コールセンターHP

健康づくり交流会

内 もっと元気！ずっと健康！をテーマに講話と運動を行います。上靴持参、動きやすい服装でご参加ください。

【第1部】講話「食のなるほど発見セミナー」

講師：(株)明治北日本支社札幌オフィス企画部 中村仁美さん

【第2部】春だ！雪解けストレッチ

講師：札幌市スポーツ協会健康づくりセンター運動指導員

日 3月6日(金)10時～11時45分（受け付けは9時40分から）

所 中央区複合庁舎1階区民ホール（南3西11）

対 区内に在住または通勤・通学している方。50人

申 2月13日(金)～3月2日(月)に、HP。(先着)

申込先 市コールセンター（年中無休、8時～21時）

☎ 222-4894

HP www.callcenter.city.sapporo.jp/sapporo/cc/web/formList.html

※申し込み初日のHP受け付けは8時開始です。 コールセンターHP



市民健康教育講座～引きこもり支援について

内 社会問題にもなっている引きこもりへの支援について、お医者さんが分かりやすくお話しします。講師はさっぽろ駅前クリニック理事長の横山太範よこやまとうのり先生です。

日 2月27日(金)9時30分～10時30分（受け付けは9時15分から）

所 中央区複合庁舎4階講堂（南3西11）

対 区内に在住または通勤・通学している方。50人

申 2月12日(木)～26日(木)8時45分～17時15分に、HP、直接窓口へ。(先着)

申込先 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 205-3352

HP ttzk.graffer.jp/city-sapporo/smart-apply/apply-procedure-alias/r7higasi-2



申込・詳細

胃がん・大腸がん・肺がん検診

胃・大腸がん検診は予約制、肺がん検診は予約不要です。

日 3月19日(木)9時30分～10時30分

所 中央区複合庁舎2階多目的室（南3西11）

持物 マイナンバーカードなどの氏名・年齢・住所を確認できる公的書類

申 3月5日(木)までに、HP、FAX（中央4ページ冒頭に記載の必要事項、受診希望日、希望日当日の年齢、受診したい検診の種類、返信先記載）。(先着)

申込先 市コールセンター（年中無休、8時～21時）

☎ 222-4894 FAX 221-4894

HP www.callcenter.city.sapporo.jp/sapporo/cc/web/formList.html



コールセンターHP

種類	対象者	費用	定員	
胃がん検診 (バリウム検査)	札幌市民で50歳以上の原則偶数歳の方 (2年に1回)	1,100円*	先着 計40人	
大腸がん検診 (便潜血検査)	札幌市民で40歳以上の方(1年に1回)	400円*		
肺がん検診 (胸部X線検査)	札幌市民で40歳以上の方(1年に1回)	無料 (喀痰検査が必要な場合は400円*)		なし

* 70歳以上、後期高齢者医療制度に加入の65歳～69歳、生活保護世帯、支援給付世帯、市・道民税非課税世帯の方などは、証明書の提示により無料

住民集団健康診査（3月）

①特定健診、②後期高齢者健診、③肺がん検診（胸部X線検査）、④肝炎ウイルス検査を行います。予約不要です。

持物 ①②札幌市から郵送された各受診券、マイナ保険証または資格確認書、前年度の健診の結果（お持ちの方）、③④氏名、年齢、住所を確認できる公的書類

日 3月12日(木)9時30分～11時30分、13時30分～15時

所 中央区複合庁舎1階区民ホール（南3西11）

対 ￥①②受診券に記載、③札幌市民で40歳以上の方(1年に1回)・無料 (喀痰検査が必要な場合は400円)、④札幌市民で過去に検査を受けていない方・無料

健康ガイドに関する問 健康・子ども課健やか推進係 ☎ 205-3352