

しろいし 区民のページ

2026年4月号

編集

白石区総務企画課広聴係
〒003-8612
札幌市白石区南郷通1丁目南8-1
TEL 861-2410、FAX 860-5236



白石区役所ホームページ おもしろいしWEB
www.city.sapporo.jp/shiroishi/



白石区の人口・世帯数

国勢調査の実施に伴い、速報値が公表されるまでの間は、掲載を見合わせます。

3/7 白石区民センター



しろっぴー
フォト&イラストコンテスト表彰式



【大人の部】

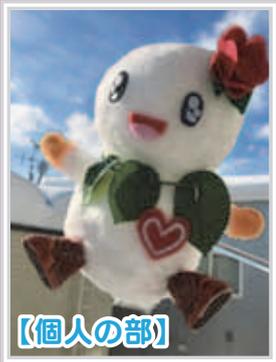


【小学生の部】



【未就学の部】

イラスト部門



【個人の部】



【団体の部】



フォト部門

各部門グランプリ作品



すてきな作品が
たくさん届いたね！

グランプリ以外
の受賞作品は
HPから見られるよ！



しろっぴーフォト&イラストコンテスト

検索



白石区複合庁舎・白石区関連施設 お問い合わせ先

白石区複合庁舎	
白石区役所（代表）	☎861-2400
白石保健センター	☎862-1881
ちあふる・しろいし	☎868-3160
白石区民センター	☎861-3100
白石区社会福祉協議会	☎861-3700
えほん図書館	☎866-4646

市役所・区役所のどの部署に
聞いたらよいか分からないときには…

札幌市コールセンター 
(8時～21時・年中無休) 
☎222-4894、FAX221-4894 ▲HP
Eメール info4894@city.sapporo.jp

まちづくりセンター	
白石（本通1南）	☎861-8270
東白石（本通13南）	☎861-9262
東札幌（東札幌2-4）	☎811-9355
菊水（菊水7-2）	☎811-9445
北白石（北郷2-3）	☎874-0293
北東白石（北郷3-12）	☎875-3077
白石東（本通18南）	☎862-0813
菊の里（菊水元町8-1）	☎871-2355

地区センター	
北白石（北郷3-7）	☎874-8232
白石東（本通16南）	☎866-3000
菊水元町（菊水元町5-2）	☎872-7600

その他の施設・機関	
白石区土木センター（本通14南）	☎864-8125
東部市税事務所（大谷地東2）	☎802-3912
白石清掃事務所（東米里2170）	☎876-1753
白石消防署（南郷通6北）	☎861-2100
市民防災センター（南郷通6北）	☎868-3535
白石区体育館（南郷通6北）	☎861-4014
白石区温水プール（平和通1南）	☎846-0004
白石老人福祉センター（栄通6）	☎851-1551
東札幌図書館（東札幌4-4）	☎824-2801
札幌国際交流館（本通16南）	☎866-3811
札幌東税務署（厚別東4-4）	☎897-6111
札幌東年金事務所（菊水1-3）	☎832-0830
白石警察署（菊水3-5）	☎814-0110



春風を追いかけて、
心地よい汗を!

桜ウォーキング会 に参加しよう!

桜ウォーキング会開催日
令和8年5月1日(金)

生活習慣病予防やストレス解消にウォーキングは最適です。年間を通して運動できるウォーキングを広めるために、白石区では、初めての方でも気軽に楽しめるウォーキング会を「白石とことこ会」と共に開催しています。今回は5月に実施の桜ウォーキング会を紹介します。健康づくりのため一緒に歩いてみませんか?

お問い合わせ先 白石区健康・子ども課 ☎862-1881

桜ウォーキング会ルート紹介



本郷商店街

(本郷通 6丁目～9丁目)

エゾヤマザクラやヤエザクラなど約100本の桜が植えられています。お買い物の際に、桜も眺めてみてはいかがでしょうか。



米里行啓通

白石こころーど
ふれあいの並木道

スタート・ゴール地点
南郷丘公園

本郷商店街



水源池通

白石藻岩通

ゆっくりコースは
万生公園休憩後、
水源池通から本郷通へ

休憩地点
万生公園

白石こころーど

(東札幌1条4丁目～2条5・6丁目)
(南郷通1丁目南～13丁目南)



道沿いを彩るのは、鮮やかなエゾヤマザクラとぼってりとあでやかなヤエザクラ。約700本の桜たちが春の訪れを歌い上げます。



桜ウォーキング会参加者募集中！

日時 令和8年5月1日(金)

9時45分(受付開始は9時30分)
 集合場所:南郷丘公園北側のトイレ前
 (南郷通2丁目北)

コース 普通コース(約7.5km)とゆっくりコース(約6.5km)
 の2つのグループに分かれてウォーキングを実施。

定員 50人(多数時抽選)

申込 4月10日(金)~4月18日(土)までに
 札幌市コールセンター(1ページ参照)へ
 HPまたは電話で。1組2名まで申込可。
 受付時間は8時~21時



申込HP▲

その他 雨天中止時は、当日8時過ぎから参加者へ電話などで連絡を行い、5月8日(金)に順延します。



白石とことこ会 会員募集中！

あなたも一緒にウォーキングしませんか？

入会金も
 年会費も
 ないよ



【令和8年度 年間ウォーキング会行事予定】

開催予定日	名称	コース・内容
5月29日(金)	ライラック ウォーキング会	川下公園に咲き誇るライラック を満喫するコースです
9月11日(金)	白石オータム ウォーキング会	秋の初めの穏やかな空の下、豊平 川河川敷から創成川公園まで歩 きます
10月9日(金)	歴しるべ ウォーキング会	まちの歴史をたどりながら秋の 平和通・本通・本郷通のウォー キングを楽しみます

白石とことこ会は、ウォーキングを主体とした地域の健康づくり活動を推進することを目的に活動しており、会員は、健康・子ども課が開催するウォーキング会のスタッフとしても活躍しています。現在白石とことこ会の会員を募集しています。興味のある方は健康・子ども課にお問い合わせください。みんなで一緒に歩いて健康づくりをしましょう。



区内で楽しめる 花の名所をご案内

区内では、至る所で美しい花々が目を楽しませてくれます。

川下公園



200種類、約1,700本のライラックが5月中旬から見ごろを迎えます。

区ガイドにも載っています！



環状通ローズアベニュー



環状通中央分離帯の約3,500株のバラが、6月下旬から次々と咲いていきます。

白石公園



エゾヤマザクラなど約120本の桜の木が植えられています。



- ファクスで申し込む際は次の事項を記載してください。
- 4月11日(出)以降の情報を掲載。
- ①行事名 ②住所 ③氏名 ④電話番号またはファクス番号
- 費用の記載のないものは無料。

白石区からの

お知らせ



白石保健センターから

がん検診

①胃(バリウム)、②大腸(検便)、③肺(胸部X線)。

日時 5月25日(月)9時～10時

①②のみ予約が必要。

会場 白石保健センター。

対象 市内にお住まいで、①は原則50歳以上の偶数年齢の方、②③は40歳以上の方。いずれも職場などで受診できる方を除く。

定員 ①②合わせて45人、③ 定員なし。①②は先着順。

費用 ①千300円、②400円、③ 無料。

申込 ①②5月11日(月)までに

市コールセンター(1が参照)へHP、電話またはファクスで。受付時間は8時～21時



申込HP▲

(年中無休)。

その他 住所・氏名・年齢を

確認できるものが必要。①②は費用の免除制度あり。③は追加検査(400円)が必要になる場合あり。

詳細 白石保健センターへ
(862)1881、FAX(864)2050

ねんね期の赤ちゃんとお遊ぼう

申込不要

日時 4月22日(水)14時～14時30分

会場 白石区複合庁舎 4階講堂

対象 はいはいをする前の子どもと保護者、これから親になる方



お子さんと一緒にできる「わらべうたあそび」などを紹介します!

トイレトレーニング 要申込

～始める前に知っておこう～

ちあふる・しろいしの保育士が、トイレトレーニングを始めるタイミングやすすめ方などについてお伝えします。

日時 4月28日(火)10時30分～11時15分

会場 白石区複合庁舎

定員 12組程度(先着順)

対象 就学前の子どもと保護者
これから親になる方

申込方法 4月14日(火)～27日(月)に電話で。受付時間は平日10時～17時。



申込先・詳細 子育て支援担当係
☎861-0345、FAX861-0874

白石区相談窓口のご案内

法律相談 【予約制・定員7名・面談のみ】

日時 第1・3の月曜日 13時15分～16時35分(20分間)

司法書士相談 【予約制・定員6名・面談のみ】

日時 第2・4の火曜日 13時～16時(30分間)

法律相談と司法書士相談は予約制です。相談日当日の午前9時から区役所代表電話(861-2400)で受け付けします



家庭生活相談 【面談のほか、電話相談も可】

日時 毎週水曜日 10時～12時、13時～16時(おおむね30分間)

行政相談 【面談のほか、電話相談も可】

日時 第1・3の火曜日 13時～16時(おおむね30分間)

※いずれの相談も、祝・休日、年末年始(12/29～1/3)は休止します。

HPIはこちら▶



詳細 総務企画課広聴係 ☎861-2410、FAX860-5236

広告

各センターからのお知らせ



※対象や申込などの詳細は、お問い合わせください。

● 北白石地区センター ☎874-8232 FAX874-8241

4月、5月のおはなしかい

申込不要：無料

日時 4/11(土)、5/9(土)11時～11時30分

地域のお茶の間

申込不要：無料

～ママとキッズのふれあいサロン

日時 4/21(火)10時～12時

春のおはなしかい

申込不要：無料

日時 4/25(土)10時30分～11時30分

● 菊水元町地区センター ☎872-7600 FAX874-1211

代謝UPストレッチ

要申込：1,500円

日時 5/8(金)～5/29(金)の毎週金曜。全4回。
14時～15時30分

定員 25人(先着順)

申込 4/13(月)～4/20(月)9時～17時

2年ぶりの改訂版!

「白石区ガイド」配布中

区内の公共施設や避難場所の一覧、各種相談窓口などを掲載したガイドマップです。

暮らしに
役立ててね



今回の表紙は
川下公園だよ



配布場所 白石区複合庁舎1階、
区内まちづくりセンター

HPはこちら▶



詳細 総務企画課広聴係 ☎861-2410、FAX860-5236

エキノコックス症を 予防するために



春は子育てをするキツネが餌になるものを求めて、住宅街に出没することがあります。キツネはエキノコックスという寄生虫に感染していることがあり、糞ふんに含まれるエキノコックスの卵が口から体内に入ること、人もエキノコックスに感染する恐れがあります。右の2つのポイントに気を付けて、感染を防ぎましょう。

白石区 エキノコックス

検索



ポイント ① キツネを寄せ付けない

- ・キツネに餌を与えない
- ・キツネの餌になるものを外に置かない
- ・ごみステーションを適切に管理する

洗い残しが
ないように
しっかり
すすぐぞう!

ポイント ② 感染対策を行う

- ・キツネやその糞ふんには触らない
- ・家に帰ったらすぐに手を洗う
- ・川の水や湧き水をそのまま飲まない
- ・山菜や家庭菜園の野菜はよく洗うか、加熱して食べる



詳細 健康・子ども課 ☎862-1883、FAX863-2507

広告

白石区民 防災講座 のご紹介 vol.1

救急救命 を学ぼう



講座
No.5

問い合わせ先 総務企画課 地域安全担当
☎861-2405 FAX861-2586

講座内容



心肺蘇生の方法を学ぶ

胸を強く圧迫する「きょうこつあつぱく胸骨圧迫」と、口から肺に息を吹き込む「人工呼吸」によって、止まってしまった心臓と呼吸を補って助けるといった心肺蘇生の方法を学びます。

心肺蘇生は心臓の動きが戻った後に脳の後遺症を少なくするためにとても重要なことなんだ



AEDエーイーディーの使い方を学ぶ

心臓が突然止まるのは、心臓がブルブルと細かく震える「しんしつさいどう心室細動」が原因であることが多いです。この震えを取り除くため、AED「自動体外式除細動器」を用いて心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻す方法を学びます。

AEDは音声メッセージで必要な指示をしてくれるから一般の人でも簡単に操作ができるよ



気道異物の除去方法を学ぶ

口や喉などに異物（食べ物など）が詰まっている場合に異物を取り除く方法である「はいぶこうだほう背部叩打法」と「腹部突き上げ法」について学びます。

乳児や幼児に対する異物除去の方法も学べるよ



講座申込

対象団体 区内の町内会や任意団体 または 区内に拠点がある企業（個人は対象外）

申込方法やその他詳細については、リーフレットやホームページからご確認ください。
※開催予定日の2カ月前までにお申し込みいただく必要があります

ホームページはこちら ▶▶▶ または

