

しろいし 区民のページ

2026年5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。

ライラック ウォーキング会

日時	5月29日(金) 9時45分～12時(受付開始9時30分) ※雨天時、6月5日(金)順延
集合	川下公園(川下2651番地)壁泉前
対象	区内にお住まいの方
定員	50人(多数時抽選)
申込	5月15日(金)から21日(木)までに 電話か右記ホームページから。 1組2名まで申込可



コースは2種類!
ゆっくり(約5.2km)と、
普通(約6km)だよ



申込先・詳細 札幌市コールセンター ☎222-4894

ライラックまつり 川下会場

5月30日(土)～31日(日)開催

5月中旬から7月上旬までの約1カ月半の間に200品種以上のライラックが次々に花を咲かせます!

会場	川下公園(川下2651番地)
内容	<ul style="list-style-type: none"> ライラック苗木無料配布 ライラックガイドツアー SNSにライラックの花を咲かせよう 川下公園ライラッククイズラリー 川下公園コンサート ライラックアートワークショップ 各種売店



△HP

大通会場は
5月20日(水)～31日(日)
の開催です!





詳細 さっぽろライラックまつり実行委員会 ☎281-6400



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





白石区の子育てを応援!

子育てサロン



0歳から小学校就学前のお子さんとその保護者はもちろん、これから親になる方なども自由に集い、気軽に交流や情報交換を行う事ができる「子育てサロン」をご存じですか？
今月は「子育てサロン」について紹介します。

お問い合わせ先
子育て支援担当係
TEL:861-0345
FAX:861-0874

子育てサロンについてご紹介!

区内には約30カ所子育てサロンがあります。

白石区保育・子育て支援センター(ちあふる・しろいし)や地域団体、
児童会館が運営しているサロンなど種類もさまざま!



子どもが楽しく遊べる!

おままごとセットや積み木などたくさんのおもちゃがあるほか、ふれあい遊びやクリスマスなどのイベントが開催される子育てサロンもあり、いろいろな遊びを体験できます。



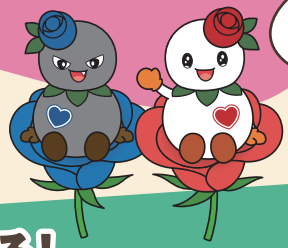
保護者の交流ができる!

同じ子育て中の方が来ているので、保護者同士で交流することができるほか、子育て講座などを開催しているサロンもあります。



経験豊富なスタッフがいます!

育児経験や子どもと関わる活動をしているスタッフもいて、子どもと遊んでくれたり、子育てに関する悩みを聞いてくれたりします。



区内の子育てサロンに遊びに行ってきました!



地域のアットホームさを感じられる地域団体運営の子育てサロン

開催日時: 第3木曜日 10時~11時30分

開催場所: 東札幌会館2階(東札幌2条4丁目)

東札幌地区 **子育てひろば ぐー・ちょき・ぱー**

舞台の幕の飾りは毎月スタッフの方が手作りしているんだって!



スタッフのみなさん

みなさんに楽しく利用してもらえるように子どもたちの様子や遊びについてスタッフで相談し合いながら運営しています。
ぜひ利用してみてくださいね。



利用している保護者の声 / スタッフの方が顔を覚えていてくれて、気に掛けてくれるので助かっています。



広々とした体育館でのびのびと遊べる児童会館運営の子育てサロン

開催日時: 火曜日・水曜日・木曜日 9時~12時

※第2火曜日は休み、同週の金曜日実施

菊水地区 **菊水やよい児童会館** (菊水1条4丁目)

たくさんの蔵書もあって、本の貸し出しもしているよ!



まつお 松尾館長

月に一回季節の行事や子育て講座などのイベントを開催しています。スタッフには子育て経験者もいるので、身近な育児の先輩として少しでもサポートできたらうれしいです。



利用している保護者の声 / 外に出て、他の人と話すのが気持ちになります。イベントなども開催してくれて楽しく過ごすことができます。



各子育てサロンの **場所** や **開催日時** は さっぽろ子育て情報サイト・さっぽろ子育てアプリで確認!

アプリだと現在地から近い施設などを調べることができてとっても便利!

さっぽろ子育て情報サイト・さっぽろ子育てアプリでは子育てサロンの場所や開催日時のほか、子育て支援に関する情報やイベントなどの情報を調べる事ができます。

ぜひアプリを活用して下さいね!

子育て支援担当係でも区内のサロンについて情報提供しています! このマークが目印!

さっぽろ子育て情報サイト
トップページ▶



さっぽろ子育てアプリについて
はこちら▶



子育て支援担当係職員



- ファクスで申し込む際は次の事項を記載してください。
- 5月11日(月)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

住民集団健康診査

日時・会場 左表の通り。予約は不要です。
 健診種目 健康診査、胸部X線検査、肝炎ウイルス検査。
 対象 市内にお住まいで、国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入、生活保護・支援給付世帯の40歳以上の方など。
 その他 詳細は、受診券・パンフレットなどでご確認ください。

実施日	受付時間	会場
5月11日(月)	9時30分～11時30分	白石区民センター (南郷通1丁目南)
	13時30分～15時	
5月16日(土)	9時30分～11時	北白石地区センター (北郷3条7丁目)
6月4日(木)	9時～11時	白石駅前会館 (平和通2丁目北)
	13時30分～15時	白石会館 (本通1丁目南)

※ 健康診査には受診券とマイナ保険証など(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のみ)が必要です。健康診査以外の検査には、住所・氏名・年齢が確認できるものをお持ちください。
 ※ 実施医療機関での健康診査では、胸部X線検査を実施しません。希望する方は住民集団健康診査会場で受けられます。

がん検診

①胃(バリウム)、②大腸(検便)、③肺(胸部X線)。
 日時 6月22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 ①②6月8日(月)までに市コールセンター(1ヶ所参照)へHP、電話またはファクスで。受付時間は8時～21時(年中無休)。



申込HP▶

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

札幌市父親による子育て推進事業・パパたちが主役！初めての親子遊び

親子遊びや参加者同士の交流を楽しみます。
 日時 5月27日(水)14時～14時45分

会場 白石区複合庁舎内。
 対象 はいはいから歩く前の子どもと保護者、これから親になる方。

定員 10組程度(先着順)。
 申込 5月13日(水)から5月26日(木)まで

日(火)までに電話で。受付時間は10時～17時(土・日曜を除く)。
 子育て講座・いざというときに安心！応急処置について
 日時 6月23日(火)13時30分～14時15分

会場 白石区複合庁舎内。
 講師 ちあふる・しろいしの看護師。

対象 就学前の子どもと保護者、これから親になる方。
 定員 12組程度(先着順)。
 申込 6月9日(火)から6月22日(月)までに電話で。受付時間は10時～17時(土・日曜を除く)。

申込先・詳細 子育て支援担当係へ(861)0345、FAX(861)0874

食のボランティア講座

～食生活改善推進員養成講座

健康的な食生活について学び、健康づくりの輪を広げるため、地域の皆さんと楽しく活動してみませんか？



開催日	開催時間
6月1日(月)	9時15分～11時15分
6月8日(月)	
6月19日(金)	10時～13時
6月22日(月)	9時15分～11時15分
6月30日(火)	9時15分～12時15分
7月6日(月)	9時15分～11時15分

会場 白石区複合庁舎4階講堂
 対象 区内にお住まいで、食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方
 定員 16人(先着順)
 費用 1,700円(テキスト代)
 申込 5月11日(月)～15日(金)までに窓口か電話で。(平日9時～17時) HPからも申し込み可能です。



申込HP▶

申込先・詳細 白石保健センターへ862-1881

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。

● 白石東地区センター ☎866-3000 FAX866-3270

ピラティスやってみよう！ **要申込：1,500円**

日時 5/23(土)、5/30(土)の全2回。18時～19時。

申込 5/11(月)～5/20(水)9時～21時(先着順)

ピックルボール体験会 **要申込：100円**

日時 5/30(土)13時～15時

申込 5/11(月)～5/29(金)9時～21時(先着順)

リンパストレッチ講座 **要申込：2,000円**

日時 6/15(月)～6/29(月)の毎週月曜。全3回。13時30分～15時。

申込 5/25(月)～6/8(月)9時～21時(先着順)

● 菊水元町地区センター ☎872-7600 FAX874-1211

寄せ植え教室～多肉植物 **要申込：2,000円**

日時 5/30(土)13時30分～15時30分

申込 5/11(月)～5/18(月)9時～17時(先着順)

楽しく歌って健康に！ **要申込：1,500円**

日時 6/8(月)～6/22(月)の毎週月曜。全3回。

13時30分～15時

申込 5/18(月)～5/25(月)9時～17時(先着順)

コーヒー珈琲講座 **要申込：1,800円**

日時 6/23(火)、6/30(火)の全2回。13時30分～15時30分。

申込 6/8(月)～6/15(月)9時～17時(先着順)

図書室お休みのお知らせ

下記の図書館・図書室で蔵書一斉点検を行うため、通常の休室日のほか下記の期間が**お休み**となります。期間中の本の返却は「返却ポスト」をご利用ください。

- ◆ えほん図書館 5/20(水)～6/1(月)
- ◆ 白石区民センター 5/26(火)～6/1(月)

● 北白石地区センター ☎874-8232 FAX874-8241

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 5/19(火)10時～12時

5月のおはなしかい **申込不要：無料**

日時 5/23(土)11時～11時30分

初心者男性のための健康料理教室 **要申込：5,000円**

日時 5/29(金)、6/19(金)の全2回。10時～13時。

申込 5/11(月)～5/23(土)9時～21時(先着順)

サークル体験講座 **要申込：材料費が必要な場合有**

各種サークルの無料体験会を開催します。

期間 6/1(月)～6/30(火)9時～21時

※サークルによって実施日時が異なります。

申込 5/11(月)～5/31(日)9時～21時(先着順)

自分のパソコンで学ぶ **要申込：5,500円**

Windows11・Word入門講座

日時 6/8(月)～7/13(月)の毎週月曜。全6回。

19時～21時

申込 5/11(月)～5/25(月)9時～21時(先着順)

● 白石区民センター ☎861-3100 FAX861-4164

気軽にできる！ **要申込：3,500円**

背骨コンディショニング講座

日時 6/4(木)～6/25(木)の毎週木曜。全4回。

10時～12時

申込 5/12(火)から 10時～16時30分(先着順)

水無月しろいし寄席 **要申込：500円**

日時 6/6(土)14時～15時30分

申込 入場券を5/12(火)から販売(10時～16時30分)

現存12天守と豊臣兄弟ゆかりの城 **要申込：3,500円**

日時 6/8(月)、6/12(金)、6/15(月)、6/19(金)の全4回。

14時～15時30分

申込 5/13(水)から 10時～16時30分(先着順)



寿大学受講生募集

日程 8月4日(火)～11月10日(火)の毎週火曜日。

(全12回)。※一部実施しない日あり。

1回2時間程度。

会場 白石区民センターほか

定員 40人(多数時抽選) **費用** 教材費一部実費

申込先・詳細 地域振興課 ☎861-2422、FAX861-2775

寿大学は、高齢者を対象とした生涯学習教室です。

対象 区内にお住まいの昭和36年(1961年)4月1日以前に

生まれた方で、毎回参加できる方。

※過去に受講された方は除く。

申込 はがきに「寿大学入学希望」の旨、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、返信先(住所と異なる場合)を記入し、地域振興課(〒003-8612 南郷通1丁目南8-1 白石区複合庁舎)に送付。ファクス、窓口でも可。

申込期間：5月25日(月)～6月25日(木)(必着)

白石区民 防災講座 のご紹介 vol.2

災害時 の避難

講座
No.3

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

1. 「災害」とはなにか？

災害の定義や国内の地震災害の実態について学びます。



「災害」とは地震や洪水など自然現象が起きた際に家屋倒壊や停電などの**人的被害**が発生した場合のことをいうよ



胆振東部地震では札幌もブラックアウトや断水、液状化などの被害があったね



2. 地震災害における避難

札幌市で地震が起こった場合の被害想定と避難先について学びます。



札幌で冬に地震が起きた場合の死者数は、**寒さで**亡くなる人も含めると**夏場の2倍以上**になるんだ！



『札幌市地震防災マップ』では各地域の
・震度分布図・家屋全壊率図
・液状化危険度図・指定避難所
などを確認することができます。

区役所で配架しています。

3. 避難生活への備え

避難所や在宅避難で必要となる知識と、災害備蓄・非常持ち出し品について学びます。



自分たちの地域で「災害」が発生したらどんなことが起きるのか、その対策や備えには何が必要かを考えよう



災害備蓄は各家庭で**最低3日間、できれば1週間分の食料や水**を備蓄しておこう！



講座の様子

講師から災害に関する講話を聞いて、地域の防災に役立てます。



災害時には、周りとの協力が重要になるので、地域で防災意識を高めるためにも講座を活用してね！



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

