

10₂₀₂₆

にし



西区環境キャラクター
さんかくやまベエ



西区ホームページ「Hello! 西区」
<https://www.city.sapporo.jp/nishi/>

札幌市 西区 検索

編集／西区役所総務企画課広聴係
〒063-8612 西区琴似2条7丁目1-1
☎641-6925 (FAX) 641-2405

西 区 の 人 口 統 計 人 口 218,003 (前月比+19)
令和8年9月1日現在 世帯数 108,078 (前月比+42)

※国勢調査の速報値に基づいた推計人口

西区のできごと

調理実習を通して学ぶ、食の大切さ！

西区民センターで開催された「親子食育料理教室」に親子12組26人が参加し、西区内で小松菜が生産されていることを学んだ後、調理に挑戦。完成した小松菜のカレーそばろめしやミネストローネを味わい、地産地消や野菜摂取の大切さを学びました。



7/29

8/7



夏休みに選挙の仕組みを楽しく体験！

西区民センターで「1日せんかん☆キッズ」が開催され、小学4年生から6年生の8人が参加。参加した児童は、投票に使用する記載台や投票箱の組み立て、実際の機材を使った「ミニ投票所」での模擬投票など、運営と投票の両方を楽しく体験しました。

地球上の自然や生き物について学ぶ！

「西区コドモ自然学校 in SUMMER」は、雨天のため琴似発寒川での水中観察に代わり、八軒中央会館で開催。地球が描かれたボールを投げ合って地球の陸と海の割合を調べるゲームなど、体を動かしながら水や生き物について学びました。



8/8

西区関連施設

まちづくり センター

西区役所(代表) (琴似2-7) ☎641-2400
西区土木センター (西野290) ☎667-3201
八軒 (八軒1西1) ☎611-2221
琴似二十四軒 (琴似2-7) ☎621-2508
西町 (西町南9) ☎661-2591

西保健センター (琴似2-7) ☎621-4241
西部市税事務所 (琴似3-1) ☎618-3912
発寒北 (発寒10-4) ☎661-6262
西野 (西野6-3) ☎663-0360
山の手 (山の手5-6) ☎613-1929

西清掃事務所 (発寒12-14) ☎664-0053
西消防署 (発寒10-4) ☎667-2100
発寒 (発寒5-7) ☎664-6411
八軒中央 (八軒6西2) ☎615-9588

知っておきたい

避難の妨げになる 正常性バイアス

正常性バイアスは、災害時などの危険が迫るなか、「まだ大丈夫だろう」という先入観などが働き、非常時であるという認識が妨げられて、その危険を認めない心の働きのことです。この心の働きにより、なかなか避難せず、逃げ遅れてしまうこともあります。



知っておきたい 大雨災害への備え

近年、激しさを増す大雨災害。「もしもの時」に慌てないため、ご自宅でできる備えと、新しくなった避難のルールをご紹介します。

詳細 西区総務企画課 ☎(641) 6921

大雨への備え

雨水ますなどの清掃

道路にある雨水ますなどにたまった落ち葉やゴミの清掃にご協力ください。



家財の移動

浸水の恐れがある家財は、建物の2階などの高い場所への移動が効果的です。



すい 水のうの設置

・作り方

大きめの袋を二重にして水を入れ、口を締めると水のうが完成。

・使い方①

大雨で下水などがあふれても、浸水が浅い場合は、段ボール箱やブルーシートと組み合わせて玄関前に水のうを置き、建物への浸水を軽減できます。

・使い方②

トイレやお風呂の排水口などに水のうを置くことで、下水道が満水となった際に水が逆流するのを抑えることができます。



今すぐに！

浸水に備えて

浸水ハザードマップでは、自宅周辺の浸水リスクや避難場所が確認できます。水害時の適切な行動や詳しい防災情報も掲載しています。

浸水
ハザードマップ



土砂災害にも注意！

大雨の際は土砂災害のリスクが高まります。災害の恐れがある地域（山の手・西町・西野・福井・平和・小別沢など）の危険箇所は、土砂災害ハザードマップで事前に確認できます。

土砂災害
ハザードマップ



※浸水ハザードマップ、土砂災害ハザードマップは西区役所1階7番窓口にて配布。

覚えておきたい

気象庁が発表する「防災気象情報」が 令和8年5月から変わりました

気象庁が発表する防災気象情報と、市町村が発令する避難情報の「レベルの数字」が5段階（レベル1～5）に統一されました。これによって「いま自分は何をすべきか」が直感的に判断できるようになり、逃げ遅れを防ぎます。

避難するタイミングは、 「警戒レベル3」と「警戒レベル4」

- レベル3 危険な場所から高齢者や障がいのある人などは避難。
- レベル4 危険な場所から全員避難。

※レベル5を待たず、レベル4までに危険な場所から避難することが重要。
レベル5では、今いる場所より少しでも安全な場所へ移動するなど、命を守る行動を。



防災気象情報（気象庁）

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル 5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
〈警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難〉				
警戒レベル 4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル 3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル 2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル 1	早期注意情報			

避難情報（札幌市）

警戒 レベル	避難情報等	住民が 取るべき行動
5	緊急安全確保	命の危険 直ちに安全確保
〈警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難〉		
4	避難指示	危険な場所から 全員避難
3	高齢者等避難	危険な場所から 高齢者等は避難
2	—	自らの避難行動 を確認
1	—	災害への心構え を高める

※市町村は防災気象情報などを参考に避難情報を発令。

ダマされないために

災害情報どう確保する？

災害時にはSNSなどで、デマ情報が拡散され、不要な混乱を招きます。札幌市や公的機関が発信する情報を集めましょう。



札幌市
防災アプリ
「そなえ」



さっぽろ
防災
ポータル



三角山放送局
FMラジオ76.2MHz



札幌市避難情報等
電話サービス

大雨、土砂災害等による避難情報を自動音声で自宅の固定電話に配信する無料サービスを提供しています。

※要事前申し込み

対象 市内在住の65歳以上で
携帯電話を持っていない方

詳細 危機管理局危機管理課

☎ 211-3062

西区からの お知らせ

10月11日からの内容です



お知らせの見方

- ☐ 内容 ☐ 日時 ☐ 会場 ☐ 対象
☐ 定員 ☐ 費用 ☐ 申込 ☐ 持ち物
☐ 問い合わせ先 ☐ 電話 ☐ FAX ファクス
☒ メール ☒ HP ホームページ ☐ その他

- 費用の記載がない場合は無料、申し込み方法の記載がない場合は申し込み不要の催しです。
- 申し込みは1人(1組)1通です。

秋の火災予防運動 10月15日(木)～31日(土)



▽暖房器具からの火災にご注意ください。
燃えやすいものがストーブに接触しないよう周りを整理整頓しましょう。季節初めに暖房器具を使う際は、点検や清掃を行いましう。
▽あなたの命を守る自動消火装置の設置を。
住宅火災による高齢者の被害軽減を図るため、65歳以上の方のみで構成される世帯を対象に、火災を感じて自動で消火する「自動消火装置」の設置費用を助成しています(1世帯につき2台まで。1台あたり2万8千7百円が上限です)。申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

問 西消防署予防課 ☎(667) 2100

発寒地域健康教室

- ☐ 北海道医療センター循環器内科の南部秀雄医師による講話「心不全の早期発見と予防治療について」。
☐ 10月16日(金) 14時～15時 ※受け付けは13時30分から。
☐ 所 発寒福祉会館(発寒5-3)。
☐ 対 発寒周辺在住の方。
☐ 問 西区健康・子ども課 ☎(621) 4241

西部市税事務所 夜間納税相談

- ☐ 平日の日中にお時間の取れない方のために、夜間に納税相談窓口を開設しています。
☐ 毎週木曜日(祝日を除く) 17時15分～20時。
☐ 所 西部市税事務所2番窓口(琴似3-1)。
☐ 問 西部市税事務所納税課 ☎(618) 3913

問 西部市税事務所納税課 ☎(618) 3913

胃・大腸・肺がん検診

- ☐ ①11月6日(金) 9時～10時
☐ ②11月21日(土) 9時30分～11時。
☐ 所 ①西保健センター、②西市民センター(いずれも琴似2-7)。
☐ 内 左表のとおり。

内容	胃がん (バリウム)	大腸がん (検便)	肺がん (胸部エックス線)
対 象	満50歳以上の偶数歳 ※奇数歳でも直前の偶数歳時に未受診なら可	満40歳以上 ※年1回	
定 員	各回合わせて50人(先着)		なし
費 用	1,300円 ※免除制度有	400円 ※免除制度有	無料 ※問診により追加検査有400円
持ち物	マイナ保険証など氏名・年齢・住所が確認できるもの		
申 込	☎、FAX、HP。①10月20日(火)、②11月3日(火・祝)まで 左ページ上欄必要事項、検診項目と検診日		不要

☐ 申込先 市コールセンター ☎(222) 4894、FAX(221) 4889
☐ 4(年中無休。8時から21時)。
☐ オンライン申込は「札幌市健康づくりセンター」から。

診WEB予約から。
 西区以外の会場にも申し込みできるようになりました。



☐ 問 西区健康・子ども課 ☎(621) 4241

西健康づくりセンター 再開のお知らせ

☐ 西健康づくりセンター(八軒1西1)は、保全改修工事を終えたため、11月1日(日)から運営を再開します。
☐ 再開直後の運営時間は左表のとおり。

日 程	運営時間
11月1日(日)	9時～18時
11月2日(月)	休館
11月3日(火・祝)	9時～18時

※11月4日(水)からは通常どおりの運営になります。
 (火～土 9時～20時30分、日・祝 9時～18時)



☐ 問 西健康づくりセンター ☎(618) 8700

広告

西区こども環境広場

内 楽しみながら環境について学べるイベントです。

■ステージイベント

- ・子ども環境活動発表会 ・サイエンスショー
- ・フラダンス体験

■体験イベント

- ・エネゴンコーナー ・エコ工作体験コーナー
- ・お化け屋敷

■プレゼント企画

- ・子ども服のリユース大作戦!
- ・西区のりんごで作ったスイーツ試食会

日 10月25日(日)12時～15時。

所 西区民センター(琴似2-7)。

問 西区環境まちづくり協議会事務局
(西区地域振興課内) ☎641-6926

ホームページ



西区子ども自然学校 in AUTUMN

内 自然を生かしたさまざまなゲームを通して、秋の五天山公園を満喫するイベントです。

日 10月31日(土) 9時30分～12時30分。

所 五天山公園(福井423)。※現地集合・解散

対定 西区在住または西区内の小学校に通う小学4～6年生。20人。

申 HP、はがき、FAX。10月20日(火)まで。(必着) (抽選)
上欄必要事項とメールアドレスを記入。
結果は当選者にのみ10月23日(金) ごろメールで通知。

申込先 問 西区環境まちづくり協議会
事務局(西区地域振興課内)
〒063-0812 琴似2-7
☎641-6926 FAX 641-2455

ホームページ



西区長杯バドミントン大会

内 ミックスダブルス個人戦(ランク別)。

※詳細は大会要綱参照。要綱および申込書は10月1日(木)から西区地域振興課、区民センター、各地区センター、西区体育館で配布。

日 11月29日(日)9時15分～(9時受付開始)。

所 西区体育館(発寒5-8)。

対定 西区内に居住または通勤する方、または西区内のサークル・教室で活動している方(学生を除く)。150人。

¥ 1人2千円。

申 10月13日(火)～26日(月)の期間に所定の申込書に参加料を添えて申込先へ持参(事前に要連絡)または現金書留にて郵送。(必着)(先着)

申込先 西区バドミントン協会 谷口千佳子宅
〒063-0023 平和3条7丁目4-3
☎671-6155

問 西区地域振興課 ☎641-6926

各種相談窓口のご案内

西区役所では、専門の相談員による相談窓口を開設しています。

相談名	相談員	相談実施日・時間等 (※祝日、年末年始を除く)
法律相談 (予約制)	弁護士	第2・第4木曜日、13時15分～16時35分、面談のみ
司法書士 相談 (予約制)	司法書士	第1・第3金曜日、13時～16時、面談のみ
家庭生活 相談	家庭生活 カウンセラー	毎週火曜日、10時～12時、13時～16時
行政相談	行政相談委員	第2・第4月曜日、13時～16時

※法律相談と司法書士相談は、当日の朝9時から、西区役所代表電話(☎641-2400)で予約を受け付けします。
※法律相談は1人20分間、その他の相談は1人おおむね30分間となっています。

問 西区総務企画課 ☎641-6925

広告



西区のまちづくりを盛り上げ、活躍する人を紹介する「やまベエフレンズ」。今回は、地域のさまざまな活動に貢献している札幌山の手高等学校のボランティア部です。活動を引っ張る部長の藤井さんにお話を聞きました。

キャッチフレーズは「愛の手(合いの手)、孫の手、山の手ボランティア!」

札幌山の手高等学校
ボランティア部 部長
藤井 璃空さん

「ボランティア部へ入部のきっかけを教えてください。」

顧問の西田先生のクラスになり、声をかけてもらったことでボランティア部の存在を知りました。特別な準備がなくて気軽に参加できる点に加え、活動を通じて誰かの役に立つ経験が、自分自身の成長にもつながると考えて入部を決めました。

「普段どんな活動をしているのでしょうか。」

毎年恒例の活動としては、「北海道マラソンの給水」をはじめ

め、「石狩浜の清掃」や「大通公園花壇の植栽」などがあり、みんなで協力して楽しく汗を流しています。ほかにも西区社会福祉協議会や部のホームページを見て声をかけてくださった方からのご依頼にお応えし、ボランティア活動を行うこともあります。



【北海道マラソンの給水】

7.3キロ地点の給水ポイントを担当。山の手高校チームのリーダーを藤井さんが務めました!

「どんなときにやりがいを感じますか?」

部の仲間と声を掛け合って一つの活動をやり遂げ、一緒に達成感を味わえたときに一番やりがいを感じます。また、普段の生活では関わることはない、地域のさまざまな年代の方々と直接触れ合ってお話してできることは本当に楽しいですし、「ありがとう」と感謝の言葉をいただけたら、自分の活動が誰かの力になったことを実感できます。体力的

に厳しく感じる時もあります。が、みんなで協力して「やりきった!」と思える時間は、かけがえのない思い出になります。



【交通安全運動】

「歩行者に注意」などと書かれた旗を掲げて、行き交う車や歩行者に交通安全を呼び掛けました!



【大通公園花壇の植栽】

部員同士で声をかけあい、札幌西北ロータリークラブの皆さんとともに大通公園を彩る花壇づくりに励みました!

「活動を始め、何か変化がありましたか?」

入部前はコミュニケーションや人との交流が苦手でしたが、活動を通していろいろな方と関わる中で、以前よりも緊張せずに話せるようになりました。心に余裕が生まれ、自分から進んで行動できるようになったところに、自分自身の成長を感じています。また、活動の中で友達や知り合いが増えたことも、自分にとっては本当にうれしい変化です。

ボランティア活動してみませんか?

「人と関わるのが好き」「地域のために何かしたい」そんな思いを、ボランティア活動につなげてみませんか? まずは、西区社会福祉協議会までご相談ください!

◆こんなボランティアがあります。

- お話し相手、通院、買い物などの外出同行
- 草むしり、木の手入れ、ゴミ出し
- 施設や地域の行事での演芸披露
- 施設での傾聴、行事協力、趣味指導 など

詳細 西区社会福祉協議会 ☎641-6996

興味を持った方はこちらから!



「ボランティアに興味を持った方へメッセージをお願いします!」

ボランティア部に入部する前は、「ボランティアは、大変で仕事のようなもの」というイメージがありましたが、実際に始めてみると、活動の中で友達や知り合いが増え、大変な作業もみんなと協力することで、今では楽しさに変わりました。始めるまでは少しハードルが高く感じるかもしれませんが、いざやってみると楽しめるようになると思います。