

区民のページ

きた

2026.10



北区まちづくり
キャラクター
ぽっぴい



【特集】文化の秋 サークル活動のすすめ



区民センターや各地区センターでは、運動や文化・教養、音楽など、多種多様なサークル活動が行われています。

今月は「文化の秋」にちなみ、生き生きと活動を楽しんでいる2つのサークルをピックアップしてご紹介します。「何か新しい趣味を見つけない」「地域で新たな仲間と出会いたい」と感じている皆さん、サークル活動で一步を踏み出しませんか。



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

北区役所

〒001-8612 北区北24条西6丁目

TEL 757-2400

北区HP「みてきて北区」

<https://www.city.sapporo.jp/kitaku/>



篠路出張所

〒002-8024 北区篠路4条7丁目

TEL 771-2231

篠路出張所ホームページ

<https://www.city.sapporo.jp/shinoro/>



■北区の人口と世帯数

2026年9月1日現在(前月比)

人口 284,843人(-305)

世帯数 143,171世帯(-203)

※国勢調査の速報値に基づいた推計人口です。



きた



広報さっぽろ | 2026・10

男の料理教室 ポプラの会



活動場所 北区民センター
会員数 19人
活動日 第3金曜日午後
入会金 1,000円
会費 1,000円／回
代表者 藤田 正司さん

会員募集中です！
問い合わせ：080-1876-9961

☆今日のメニュー☆

- ・ポリ袋で「蒸しパン」
- ・絹ごし豆腐の
つるつるきのこあん
- ・ささみきゅうり卵サラダ



担当グループのリーダーから
本日のレシピを説明



お揃いのエプロンで集合

3グループが月替わりでメニューを考え
準備します。材料の買い出しや卓上の
用意も担当グループの役目です。



グループごとに調理開始



さくさく千切りを刻む人もいれば、
やや不慣れな手付きの人も…。
習熟度はそれぞれですが、和気あ
いいと声を掛け合いながら調理
していました！



レシピを読んで、
相談しながら…



完成！作った料理は
各自持ち帰ります



片付けが終わったら
お茶会でだんらん



「ポプラの会」の活動は170回を超えました。
毎月皆で集まって料理するのは楽しいです！
今まで食事の支度は家族に任せきりでしたが、
自分でも作れるようになり、レシピを
頼りに手料理を作って喜ばれています。



各センターのホームページや館内の
掲示板では、さまざまなサークルの
情報を紹介しています。

入会の申し込みや詳しい内容につ
いては、該当のサークルが活動してい
る各センターへお気軽にお問い合わせ
ください！

サークルの一例

運動・健康
文化・教養
音楽・その他

ヨガ、太極拳、ストレッチ、ダンス、健康体操など
茶道、生け花、歴史探訪、外国語、絵画、俳句など
楽器演奏、歌唱、手話、囲碁、麻雀など



一緒に活動
しましょう！

お気に入りのパウスカートと花飾りを身につけてレッスン開始



レッスン時間は1時間15分



鏡を見ながらフォームを確認。先生から「指先を伸ばして」などと指示が入ります。

マイレ本間フラスクール
カピリ・オ・マイレ平栗教室

ピカケ篠路



活動場所 篠路コミュニティセンター
会員数 18人
活動日 毎週金曜日
①13時30分～②15時30分～
会費 4,500円/月
ひらくりまさこ
講師 平栗 雅子さん

無料体験もできます！
問い合わせ：090-5224-8682

練習後はおやつタイム



地元のお祭りで披露



お喋りに花が咲き、皆さん楽しそうでした！

遠征の思い出



数々の舞台で練習の成果を披露している皆さん。今年3月に鎌倉プリンスホテルで行われた発表会の参加を思い出として語ってくれた方もいました。

リハビリや体力づくりのつもりで始めましたが、今はフラダンスが楽しくて続けています。家族に「生き生きしていいね」と言われるようになり、服装も明るい色合いを好むようになりました。

施設に入所する母の前で踊った時の、母の笑顔が忘れられません。皆とこれからも踊り続けたいです。

介護施設にて



北区民センター

北 25 西 6
☎ 757-3511



篠路コミュニティセンター

篠路 3-8
☎ 771-3700



太平百合が原地区センター

太平 12-2
☎ 770-6531



屯田地区センター

屯田 5-6
☎ 772-1811



新琴似・新川地区センター

新琴似 2-8
☎ 765-5910



拓北・あいの里地区センター

あいの里 1-6
☎ 778-8000



二次元コードからサークル一覧が見られます▲





情報プラザ

10月11日(日)～11月10日(火)

費用の記載がないイベントは参加費無料です。



胃がん・大腸がん・肺がん検診【3種類同時可】

と き 10月23日(金)9時～11時

ところ 北保健センター1階(北25西6)

種類	対象	定員※1	料金
胃がん(バリウム)	50歳以上で偶数歳の方※2	先着20人	1,300円
大腸がん(検便)	40歳以上の方	先着40人	400円
肺がん(胸部エックス線)		なし	無料※3

※1 胃がん、大腸がん検診合わせて45人まで。

※2 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です。

※3 医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円です。

料金減免の対象となる方	必要書類
70歳以上の方	生年月日が確認できる本人確認書類
65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方	マイナ保険証または資格確認書など
生活保護世帯の方	生活保護受給証明書
市・道民税非課税世帯の方	課税証明書
中国残留邦人等支援給付世帯の方	本人確認証

申 込 肺がん検診は申込不要。

胃がん・大腸がん検診は、10月9日(金)

までは、右記コードの専用サイトまたは、札幌市コールセンター(222-4894)へ電話。

10月13日(火)～15日(木)は、健康・子ども課地域保健一・二係(757-1181)へ電話。



健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181

つなぐ・きた・カフェ (北区合同認知症カフェ)

申込不要

飲み物を片手に認知症のことを学んだり、気軽に相談や交流ができる「認知症カフェ」の体験イベントです。理学療法士による認知症予防に関する実技を交えた講話と参加者同士の交流会を実施します。

※札幌健康アプリ「アルカサル」の対象イベントです。

と き 10月16日(金) 13時～15時(12時45分から受付)

ところ 北区民センター3階区民ホール(北25西6)

対 象 認知症の方やそのご家族、認知症カフェに関心のある方など、どなたでも参加可

健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181

住民集団健康診査

申込不要

と き		ところ
10月26日(月)	13時30分～15時	南新川会館(北25西13)
10月29日(木)	9時30分～11時	プラザ新琴似(新琴似7-4)
11月2日(月)	9時30分～11時30分	麻生地区会館(北39西5)
	13時30分～15時	
11月7日(土)	9時30分～11時	豊明高等支援学校(西茨戸4-1)

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、協会けんぽにご加入の被扶養者	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
	中国残留邦人等支援給付世帯で40歳以上の方	
肺がん検診	40歳以上の方	無料※
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

※医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円です。

▷健康診査は、ご自宅に郵送される受診券、マイナ保険証または資格確認書を、生活保護世帯の方は生活保護世帯健康診査受診券、中国残留邦人等支援給付世帯の方は本人確認証をお持ちください。

▷肺がん検診と肝炎ウイルス検査は、受診券は不要です。氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください。

健康・子ども課地域保健一・二係 TEL 757-1181

ファミリー・サポート・センター事業 (一時的な預かり)などの事前登録説明会

お子さんの一時的な預かりのための3つのサービスについて登録説明会を行っています。

①さっぽろ子育てサポートセンター事業

②札幌市子ども緊急サポートネットワーク事業

③札幌市病児・病後児保育事業(生後5カ月から)

※③のサービスを利用するにあたっては、「病児保育ネット予約サービス」の登録が必要です。

と き 月曜日～金曜日(祝休日を除く)毎日11時～14時～各回60分程度。開始5分前までにお越しください

ところ 北保健センター1階 こそだてインフォメーション「ぽっぴい☆らんど」(北25西6)

対 象 札幌市にお住まいまたは通勤する方で、小学6年生までのお子さんがある保護者の方

申 込 不要

健康・子ども課子育て支援担当係 TEL 757-2566

秋の火災予防！ ストーブ火災を防ごう

あなたの家は
大丈夫？



点検リスト

- ☑ ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ☑ 給油は必ず火を消してから行う。
- ☑ 1年以上前の古い灯油は使わない。
- ☑ ホコリは定期的に掃除する。
- ☑ 住宅用火災警報器の作動確認も忘れずに！



【問い合わせ】北消防署予防課 TEL 737-2100(音声ガイダンス2番)

北区アダプト・プログラム

北区アダプト・プログラムとは、北区役所と企業などの団体が覚書を交わし、環境美化活動を通じて協働でまちづくりを進める取り組みです。主な活動は地域の清掃ですが、花壇の管理や冬季の砂まきなどを行う団体もあります。地域に貢献している団体をこれから順次、紹介していきます！（不定期掲載）

参加団体募集中！

新たな参加団体を随時募集しています。まずはお気軽に、北区役所へご相談ください！

地域振興課まちづくり調整担当係
TEL 757-2407

参加団体紹介



スロライフ・イン・にょん実行委員会

活動区域.....
北23西2、宮の森・北24条通
(北24西2～北24西8)

活動内容.....
清掃活動やフラワーロード
維持管理など



一ニ三北路株式会社 & ひまわり建設株式会社

活動区域.....
篠路5-1～篠路5-2、
篠路6-1～篠路6-2

活動内容.....
清掃活動や冬季の砂まき、
除雪など



宮坂建設工業株式会社 札幌支社

活動区域.....
北14西1～北14西4

活動内容.....
清掃活動や冬季の砂まき、
除雪など



株式会社藤井工務店

活動区域.....
新琴似駅前通(JR新琴似駅
～地下鉄麻生駅)

活動内容.....
清掃活動や冬季の砂まきなど

広告





文化展



芸能のつどい



新琴似文化振興会

新琴似の文化・芸能の保存・振興に取り組む同団体。今回は会長の作並 俊和さんにお話を伺いました。

―会の成り立ちについて教えてください。

平成7年4月に、「新琴似地区の文化・芸能について団体間の連携を図り、明るく健康的な街づくりを進めること」を目的に立ち上げました。当時からプラザ新琴似を拠点にして活動しております。

―どのような活動をされていますか？

当会は文化部(14団体)と芸能部(18団体)に分かれて活動しています。

文化部では茶道や書道、陶芸、レザークラフトなど、芸能部では日本舞踊や民謡、詩吟、コーラスなど多岐にわたります。毎年11月にはプラザ新琴似で「文化展」と「芸能のつどい」を開催しています。昨年は改修工事のためプラザ新琴似が1年間休館しており、これらの行事は開催できませんでしたが、各団体が工夫しながら活動を継続していました。

―「文化展」について教えてください。

文化展は、文化部の日頃の活動の成果や手掛けた作品を、地域の皆さんに披露する展示会です。

見どころの一つである菊の花の展示は、この日に合わせて開花させるのが非常に大変なのだそうですが、見応えは格別です。さらに今回は、地域の小学校4校から習字の作品展もあります。ぜひお楽しみください。

―「芸能のつどい」について教えてください。

芸能のつどいは、芸能部が日頃の練習の成果を舞台上で披露する公演会です。

今回の目玉である「新琴似歌舞伎」では、平成8年の初公演以来、約30年ぶりとなる「浜松屋の場」をお届けいたします。前回披露した「白浪五人男・稲瀬川勢揃いの場」の前段の話となります。40分にわたる大作となっておりますので、ぜひご覧ください。

―今後の会の展望を聞かせてください。

地域住民の皆さんに活動の場を提供するという役割を大切にしつつ、より未来を見据えた活動に取り組んでいきたいです。若い世代や、新しい人たちにも気軽に関わっていただくためにも、受け身にならずに活動の裾野を広げていくことが大切と考えます。幸い新琴似には「新琴似新聞」や「しんことにテレビ」といった優れた地域メディアがあります。これらと連携し、広く魅力を発信していきたいですね。

リニューアルした プラザ新琴似で開催！

【文化展】

- 11月7日(土)、8日(日) 10時～16時
- 入場無料

【芸能のつどい】

- 11月14日(土) 10時～16時
(新琴似歌舞伎 13時～)
- 入場料300円
(10月1日からチケット販売)

《チケット販売、問い合わせ》
プラザ新琴似(新琴似7-4)
TEL 764-8804

広告