

町内連絡

令和5年5月号
回覧

幌北第3町内会
☎011-706-1451

- **2023年度連合町内会定例総会が開催されました。**
コロナは5類に移行されましたが、今年も幌北ふるさと夏祭りは幌北小の改修工事もあり中止となりました。幌北で行われる様々なイベント、催事については、それぞれ時宜に応じ、検討され、開催されることとなります。
- **「未来へつなぐ町内会ささえあい条例」4月施行！**
今回覧に「町内会・自治会に加入しましょう！」を添付しました。内容を良く読んで頂き、お友達や近所の方々と話して頂けますようお願い致します。
幌北第3町内会としても、町内会活動を意識して頂き、町内会に参加・参画して貰えるよう呼び掛けて行きます。
- **「町内の植樹樹花植え」と「水やり」協力のお願い！**
日程：5/20(土)8:00花植えスタート
集合場所：会長／小川宅前(西3丁目中通南向き)
植込む花：マリーゴールド、インパチェンス、ベゴニア
花植え後は北15条環状通りや石狩街道など交通量の多いところ、晴れの日が続くと花が枯れてしまいます。近くの花に水やりなどの世話など協力もお願いします。
- **「北13条いこい公園」の清掃協力のお願い！**
合同清掃日(予定)：5/27(土)9:00～
参加協力をお願いします。6月はひろっぱクラブさんが担当月で6/3と6/24(土)9:00～を予定しています。今年も合同清掃は8月と11月で、幌北第3町内会担当清掃は10月です。幌北第1～3の3つの町内会とひろっぱクラブさん、みんなで公園を安全・安心に維持・管理する取り組みです。可能な範囲で参加協力をお願いします。



福路茨戸連合町内会 ランタンまつり



梶北連合町内会 福まちふれあい訪問



新川さくら並木連合町内会 クリーン作戦



太平百合が原連合町内会 フラワーロード



屯田地区 ふれあい交流もちつき大会

『地域が支えるみんなの暮らし』

町内会・自治会

に加入しましょう!



ご存じですか? 私たちの暮らしを支える町内会

- ・近所のゴミステーション、いつもきれいに保たれていて、快適に使うことができる。
- ・暗い夜道、街路灯が点いていたので安心して帰ることができた。
- ・登下校の時間帯、スクールガードさんの見守りのおかげで、子どもたちも安心して通行できる。
- ・家の周りの大きな雪山、見通しが悪くて危険だったけど、気づいたら排雪されていた。

私たちの暮らしを助けるあんなことこんなこと、実は町内会が関わっています。
地域での暮らしをより良くするために、みなさんの力が必要です!



北区まちづくりキャラクター「ほっぴい」

…1年間のスケジュール…

4月 町内一斉清掃	10月 火災予防運動
5月 定期総会・花壇の花植え	11月 交通安全運動
6月 ウォーキング大会	12月 クリスマス会
7月 夏祭り・ラジオ体操	1月 新年会・餅つき大会
8月 防犯パトロール・盆踊り	2月 雪祭り・豆まき
9月 防災訓練・敬老会	

※実際に行っている行事や開催時期等は各町内会によって異なります。また、団体・企業との協賛により行われている事業等もございますので、詳しくはお住まいの地域の町内会にお問い合わせください。

あなたも町内会に加入しませんか? 詳しくは裏面をご覧ください



新川さくら並木連合町内会 登下校時の見守り



鉄西連合町内会 リトルキャンプ



梶北連合町内会 梶北秋のついで



太平百合が原連合町内会 春の交通安全街頭啓発



北連合町内会 観覧パークゴルフ大会



新琴似音楽祭



新琴似・新琴似西部地区実行委員会 YOSAKOIソーラン祭り新琴似会場



鉄西連合町内会 ひまわり普遊び

主な例です



…1年間のスケジュール…



麻生地区 福祉のまち推進センター キラキラタイム



北地区 福祉のまち推進センター 三世代交流会



拓北・あいの里連合町内会 みんなで歩こう会



屯田夏まつり



新琴似西連合町内会 防災講演会



新琴似西連合町内会 新琴似音頭普及啓発



麻生連合町内会 文化祭



Q1 町内会ってなに?

町内会は、地域のみなさまが主体となり、任意で運営している組織です。行政だけでは対応できない、地域での様々な課題に対応するため、住民同士で協力し合い、住みよいまちをつくるための活動を行っています。

Q3 町内会費は何に使われているの?

集められた町内会費は、ゴミステーションの清掃・修理や除排雪費用、イベント開催費用など様々なことに使われており、その内訳は、年に一度行われている総会で確認することができます。



▲定期総会の様子

Q2 どんなことをやっているの?

私たちの暮らしを助ける様々な活動を行っています。

活動例 //

<p>住みよいまちをつくる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴミステーションや街路灯の管理 ・町内の清掃/植栽 	<p>交流・催しの企画運営</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夏祭り、盆踊り、新年会 ・高齢者サロン、健康づくり教室など
<p>暮らしを守る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・防犯パトロール ・防災訓練/交通安全運動 ・高齢者の見守り 	<p>冬の除雪・排雪</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パートナーシップ排雪の手配 ・通学路の道路脇、消火栓の除雪
<p>子どもを育む</p> <ul style="list-style-type: none"> ・登下校見守り ・子育てサロン/子ども会 	<p>地域情報の配信</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報さっぽろなど情報誌の配布 ・回覧板の管理

Q4 町内会に入るメリットって?



▲防災訓練

排雪の実施日や地域のイベント情報、工事の予定や市からのお知らせなど、暮らしに役立つ情報を随時得ることができます。また、大規模災害の発生時、自力での避難が難しい場合など、ご近所での助け合いが大きな力を発揮しますので、普段から町内会の顔見知りを作っておくと安心ですよ。

Q5 学生などの単身者でも入れるの?

若い方の加入は大歓迎! 札幌市では、町内会活動のデジタル活用を促進しており、みなさんの力が必要とされています。一緒に町内会活動を盛り上げてみませんか?

Q6 マンション・アパートなど集合住宅入居者でも入れるの?

お住まいの住宅によっては、すでに町内会へ全戸加入しているかもしれませんが、まずは管理会社等にお尋ねください。もし住宅で町内会に加入してなくても、個人で加入することができますよ。

町内会の加入方法

町内会に加入するには、下記のいずれかの方法でお申し込みください。

// パソコン・スマホで //



① インターネットで「マチトモ」と検索、または下記の二次元バーコードより「マチトモNavi」のホームページへアクセスし、自分の町内会を検索する。

- ② 「加入希望フォーム」に必要事項を入力し送信する。
- ③ 後日、町内会またはお近くのまちづくりセンターから連絡が入ります。

かんたん検索!

マチトモ 検索

<https://www3.city.sapporo.jp/shimin/shinko/>



※一部「加入希望フォーム」が表示されない団体もございます。
※本ホームページからできるのは「加入申込」ではなく、町内会への「加入希望」をお伝えすることです。予めご了承ください。

// 電話で //

- ① お近くのまちづくりセンターまたは北区役所地域振興課に電話をする。
- ② まちづくりセンターまたは地域振興課が町内会へ連絡。
- ③ 後日、町内会から連絡が入ります。



お問い合わせ先



- ① 北区役所地域振興課 TEL.757-2407
- ② 鉄西まちづくりセンター TEL.726-5285
- ③ 幌北まちづくりセンター TEL.726-6345
- ④ 北まちづくりセンター TEL.726-4385
- ⑤ 麻生まちづくりセンター TEL.757-5810
- ⑥ 新川まちづくりセンター TEL.762-2604
- ⑦ 新琴似まちづくりセンター TEL.761-4205
- ⑧ 新琴似西まちづくりセンター TEL.762-8767
- ⑨ 屯田まちづくりセンター TEL.772-1260
- ⑩ 太平百合が原まちづくりセンター TEL.771-9180
- ⑪ 篠路茨戸まちづくりセンター(篠路出張所内) TEL.771-2231
- ⑫ 拓北・あいの里まちづくりセンター TEL.778-2355

お気軽にご連絡ください!



紙類・びん類・金属類・布類は集団資源回収へ

回収日・・・ 6月9日(金) 朝9時から

回収場所・玄関先道路に8時30分迄お出し下さい。

回収業者・・・(株)紙商五代(電話 0133-64-5050)

紙類

新聞



折込等のチラシや
コピー用紙も一緒に
出してください。

雑誌



一般書籍・教科書・
カタログ・パンフレッ
ト類も一緒に出して
ください。

ダンボール



送り状やテープ、金具は
取り除き、5~10枚を
単位として、必ずたん
で出してください。

紙パック



水ですすぎ、開いて乾
かしてください。
(注ぎ口がついてい
る場合は切り取る)

※ それぞれ種類ごとにひもで縛るか、ビニール袋(紙袋)に入れてお出し下さい。

※ 上記紙類は、ごみ減量・資源化のため「燃やせるごみ」には出さず、集団資源回収へ!

びん類

一升びん(茶)
国産ビールびん



※ 対象外のもの

ワイン、ウイスキー、地ビール、
食料品、化粧品、飲み薬、曇り
ガラス製のもの。

金属類

ビール ジュースの
アルミ缶



コロナウイルス感染予防の為に
一度、水ですすいで、かわかしてから透明な袋に入れてお出し下さい。
飲み残しが無いように、
ご協力を宜しくお願い致します。

布類

タオル、古着、カバン、
シャツ、セーターなど



透明なビニール袋に入
れて出してください。

*対象外のもの

布団、マットレス、靴、
濡れているもの、破れ
ているもの、臭いのす
るもの。

幌北第3町内会

幌北第1町内会・学童保育所ひろっぱクラブ児童育成会共催



ひろっぱまつり



場所 ひろっぱクラブ、いこい公園（北13条西2丁目）

日時 2023年6月10日（土）
10:00～14:00 雨天決行

内容 ◆軽食・飲みものの販売 やきとり、フランクフルト、やきそば、わたあめなど
◆農家直送！野菜販売
◆ドキドキ&わくわくのこどもゲームコーナー★
◆古着・古本・雑貨などのバザーも開催！
掘り出し物がみつかるとかも?!



- お願い ①会場内でのマスク着用は個人の判断でお願いします。
②食中毒予防の観点から、提供食品はなるべくお早めにお召し上がりください。
③ゴミはお持ち帰りのご協力をお願いします。
④駐車場はありません。お車でのお越しはご遠慮下さい。

お問い合わせ

学童保育所 ひろっぱクラブ児童育成会
070-5286-1628



令和5年4月15日

発行 幌北地区社会福祉協議会
編集 福祉のまち推進センター
後援 幌北連合町内会
幌北会館内 726-6345

～永年活動の功労功績を讃えられました～

気配り・見逃さない活動

～さて人生100年時代 生き生きと暮らす～

お元気ですか



声かけ運動

札幌市民憲章実践の会が「幌北健康リズム会」の永年活動を讃え表彰しました。(令和4年11月)

北区は「幌北健康リズム会」と「日赤奉仕団幌北分団」をノース ウイング24・25合併号で「**地域を気にか**け、**まちを見守る人たち**」と紹介しました。

右写真:リズム会の皆さんは楽しく過ごしています

【開催日】毎週火曜日 幌北会館 10:30～12:00

【参加費】月額 1,000円



健康リズム会代表 新枝百合子さん

「日赤奉仕団幌北分団」の地域での活動は幌北小学校前(スクールゾーン地帯)の「花壇造り」(小学3年生と)や地域の学校や児童会館に手作り「雑巾贈呈」です。

皆様の諸活動のお蔭で地域は幸せです。地域の誇りとも思います。心から感謝申し上げます。

【問い合わせ】幌北まちづくりセンター

TEL:726-6345



日赤奉仕団幌北分団長 五十嵐秀子さん



ネオロスのふれあい訪問参加



幌北独特の特徴にネオロス幌北(学生と地域で考えるまちづくり会(北大生))の存在です。連町や町内会行事等、快く手伝ってくれます。

ネオロスも歴史が長く、既に平成29年には大臣表彰「未来をつくる若者オブ・ザ・イヤー」を受けております。

写真は第一町内会の「ふれあい訪問」交流です。

さて、「人生100年時代」が現実化しています。目標は我が家で「**楽しく**」、「**充実して**」暮らせることです。まずは、健康の維持・病の予防の取り組みは、若いうちから心がけるべきでしょう。

「**つながり**」を保つ、「**生きがいを見つける**」等々 生き生きと暮らせる様に準備していきたいものです。

コロナが収まって活動の正常化を！

～幌北第6町内会～

第6町内会は幌北地区のほぼ中央に位置しています。

町内には「幌北まちづくりセンター・幌北会館」「幌北児童会館」があり利用する私たちには便利性の良いところです。

この3年間はコロナ禍のため町内行事が殆んど行えず、唯一出来たことはポニー公園でのラジオ体操です。

夏休み初日から二週間。幼児からおとなまで十数名の参加で、昨年は雨に降られる事もなくできました。

毎年参加してくれる子供たちが大きく成長していく姿を見るのは嬉しいことです。

その他の町内行事として、夏から秋にかけて果物狩りや温泉入浴、工場見学等のレクリエーション。また、年2回程度の高齢者交流サロン「ロクマチサロン」を計画実行してきましたが、全てコロナで休止になりました。

こういう状況の中、第6町内で2年続けて大変喜ばしいことがありました。

それは、お元気で満100歳を迎えられた方々がおられたことです。国からお祝いとして表彰状、記念品（銀杯）、連合町内会からもお祝が贈られました。



お元気な100歳 登坂さん



町内会新年交礼会



ロクマチサロン



ブドウ狩りレクリエーション

令和5年度は、コロナの制限も解けて以前のよ
うに町内活動ができることを願っております。

乳幼児親子が集まる場

～子育てサロン 幌北児童会館～

「おはよう！今日はおねむかな？」

「おおきくなったね～」

「ひさしぶり！わ、歯がはえたんだ～」

乳幼児親子のあたたかな会話から始まる火曜日の朝。

幌北児童会館では、毎週火曜「子育てサロン」を開催しています。



週1回、10：30～12：00の間は、どの時間に来てどの時間に帰ってもかまいません。お子さんのその日の調子などに合わせて来るなど、気軽に集う場になっています。



サロンには木のおもちゃや手押し車、ままごとや大きな風船などお子さんの月齢に合わせて遊具を選び遊ぶことができます。日によっては「よみきかせ」や、季節に合わせた行事を企画することもあります。

「おみせやさんごっこ」では、民生主任児童委員の方もボランティアで来ていただき、午後來館している小学生が作った商品も並べ大盛況でした。



地域の方が作ってくれた、児童会館キャラクター「ほっぴい」のマスコットもプレゼントされ、子どもたちは大喜びでした。

「うんどうかいごっこ」では、運動会の雰囲気味わって欲しいと思い、入場行進から始まり、かけっこや玉入れを楽しみました。いつも最後に踊るアンパンマン体操は「おゆうぎ」のプログラムとして、お面を付けてかわいらしく元気に踊ってくれました。



地域の方とのふれあいや、周りの子どもたちの成長をとおして、普段気が付かなかった自分の子どもの成長を感じ取れるシーンにたくさん出会います。保護者の方同士で気軽に話したり、子どもたちが遊んだりする中で、ほっとできる時間をたくさん作りながら子育てをして欲しいと思います。遊びの場であり、出会いの場であり、そして相談の場としての機能もありますので、お母さんもお父さんも、おじいちゃんもおばあちゃんも、ぜひ児童会館へ足を運んでみてください。お待ちしております。

【札幌市幌北児童会館】

札幌市北区北17条西6丁目1-20

開館時間：8：45～18：00（日・祝休み）

指定管理者：（公財）さっぽろ青少年女性活動協会

電話：011-727-6225 FAX：011-299-1904

お気軽にお問い合わせください。

「すこやか倶楽部」をご存知ですか？

～札幌市北区介護予防センター新道南～

幌北地区のみなさま、こんにちは。札幌市北区介護予防センター新道南です。

札幌市から委託を受け、札幌市社会福祉協議会が運営している「介護予防（地域の中で、長くいきいきと暮らす活動）」の普及・啓発を行う機関です。

「すこやか倶楽部」は、地域のみなさまが介護予防に取り組むきっかけになるよう、講話や脳トレ・体操などを行う無料の介護予防教室です。

幌北会館で第1金曜日 10 時～、「すこやかホーム」で第4金曜日 13 時～ 開催しています。

ご近隣のみなさまと、楽しい時間を過ごしませんか？

【令和4年度 幌北会館すこやか倶楽部の内容】

- 4月 オリエンテーション、体操
- 5月 講話「札幌市の遺跡縄文文化」
- 6月 自宅でできる運動
- 7月 講話「『終活』ってなに？」
- 8月 サッポロスマイル体操
- 9月 ご近所ウォーキング
- 10月 フレイル予防のための栄養セミナー
- 11月 体力測定会
- 12月 お薬の飲み方講座
- 1月 講話「フレイル予防について」
- 2月 ハンドメイドしてみよう！
- 3月 講話「認知症について」



シニアクラブやサロン・町内会・自治会などで、介護予防活動を自主的に継続されるようお手伝いさせていただきます。介護や福祉のさまざまな制度や地域のサービスについての相談もお受けしています。お気軽にお問い合わせください。

— 札幌市北区介護予防センター新道南 —

札幌市北区北 24 条西 5 丁目札幌サンプラザ 5 階

☎ 011-707-4129 FAX 011-700-5037

札幌市介護予防センターイメージキャラクター「かよるん」



すこやか倶楽部

札幌市北区介護予防センター新道南

☎707-4129

介護予防に取り組んで、一緒に楽しい時間を
過ごしませんか？会場の近隣にお住いのおおむね
65歳の方であれば、どなたでも参加できます。



令和5年
6月・7月

初めての方も、お気軽にお越しください。
参加費無料です。(材料費などがかかる場合があります。)

会場	開催日時 (予定)	実施内容 (予定)
鉄西会館 北10西4-1-12 2階集会室	6月15日(木) 10:00~	鉄西福まち主催 ニコニコウォーキング (雨天時 体操教室)
	7月20日(木) 10:00~	シニアの住まいについて 講師：あんしん住まいサッポロ 職員
幌北会館 北17西5-1-7 1階集会室	6月 2日(金) 10:00~	じきょうじゅつ 外部講師による自彊術体操
	7月 7日(金) 10:00~	外部講師による季節の飾り作り
要事前申込！ すこやか ホーム 北23西7-2-3	6月23日(金) ①13:00~ ②14:30~	身近な薬を知ろう♪ 講師：あしたば薬局北25条店 薬剤師
	7月28日(金) ①13:00~ ②14:30~	じきょうじゅつ 外部講師による自彊術体操
おうち すこやか ZOOMでオンライン	6月12日(月) 13:30~	ご参加希望の方は 介護予防センター新道南 (☎707-4129)まで お問い合わせください。
	7月10日(月) 13:30~	

感染予防へのご理解・ご協力をお願いします

- 会場は常時換気をしています。
体温調整しやすい服装でお越してください。
- 教室時はマスクを着用してご参加ください。
- 会場入室前に手洗い、入室時の手指消毒にご協力ください。
- 受付の際に検温、体調確認を行います。
緊急時対応の為、氏名と連絡先をご記入いただきます。
- 密を避けるために、事前申し込みをお願いしている会場があります。他の参加者とは適切な距離を取ってください。
- 水分補給用の飲み物は各自でご持参ください。
- 風邪症状のある方、同居のご家族に同様の症状がある方は参加をお控えください。



感染状況により、急きょ中止となる場合や、内容が変更となる場合があります。ご了承ください。

～ すこやか倶楽部の様子 ～



札幌市北区介護予防センター新道南

札幌市北区北24条西5丁目 札幌サンプラザ5階
TEL: 011-707-4129
FAX: 011-700-5037
E-mail: shindominami@sapporo-shakyo.or.jp



お気軽に
お問い合わせ
ください♪

がん検診のご案内

みなさまいかがお過ごしでしょうか。

さて、例年実施しております無料送迎バス利用による『がん検診』を今年も実施致します。

検診ご希望の方は、下記の方法でお申し込みいただき、**6月6日(火)迄**に下記 女性部長へお申し込みください。尚、男性の方も受診可能です。

※ 料金等のお問い合わせは『北海道対がん協会』までお願い致します。(Tel 748-5522)

記

検診日	集合場所	出発時間
7/7(金) 午前	① 幌北会館前(北17条西5丁目)	8時10分 出発
	② 有料老人ホーム ネクサスコート北大前(北21条西5丁目)	8時15分 出発
8/9(水) 午前	① 幌北会館前(北17条西5丁目)	8時35分 出発
	② 有料老人ホーム ネクサスコート北大前(北21条西5丁目)	8時40分 出発

※直接検診センターへ来所の方は、午前の受付は11時までです

◇検診会場 公益財団法人 『北海道対がん協会』札幌がん検診センター
札幌市東区北26条東14丁目1-15
地下鉄東豊線「元町駅」下車②出口より徒歩7分

◆◆ お申し込み方法 ◆◆

以下のうち、お申し込みしやすい方法をどれか1つお選び下さい

- 回覧用紙2枚目の「検診申込用紙」にご記入いただく

回覧終了後、班長さんは申込の有無に関わらず、6月9日(金)迄に

幌北第3町内会

女性部長名:

松田 邦子

住所:

(Tel: [REDACTED] - [REDACTED])

上記 女性部長へご連絡お願い致します。

- 北海道対がん協会 予約専用電話 **748-5522** へご連絡いただく
(平日8時30分~17時15分 第1第3土曜日8時30分~12時05分)
- 回覧用紙3枚目「FAX送付表」をコピーし、必要事項をご記入の上、**FAX 748-5526** へお送りいただく

❁ 北海道対がん協会より 検診を受けられる皆様へ ❁

- 1) 受診希望の検診に○をおつけください。
送迎バスをご利用される方は「バス」の欄に○を、ご利用されない方は×をおつけください。
- 2) お申し込みいただいた方には、検診日の約1週間前に【北海道対がん協会】より問診票を送付致します。ご住所は詳しくご記入をお願いします。
問診票が届かない場合や予約の変更・取消しは直接【北海道対がん協会】へお問い合わせください。(TEL 748-5522)
- 3) 感染症対策として、検診にお越しいただく際には**不織布のマスク着用**をお願い致します。(布、ガーゼ、ウレタンのマスクは不可) 送迎バス及び検診センター内は定期清掃の他、アルコール消毒等をしております。また、定期的に換気を行っております。

❁ 切り取り線 ❁

【検診申込書】

※胃・肺の検診をご希望の方は、それぞれどちらかをお選びください

検診日 2023年7月7日(金)午前
8月9日(水)午前
団体名 幌北連合町内会 (幌北第3町内会 班)

ご希望の検診日に○をおつけ下さい↓

氏名	住所	※胃		※肺		大腸	子宮(頸部)	乳房(マンモ)	骨	特定健診	前立腺	バス	ご希望日
		カメラ	バリウム	エックス線	肺がんCT								
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前			7/7	
氏名	〒001- 北区												8/9
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前			7/7	
氏名	〒001- 北区												8/9
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前			7/7	
氏名	〒001- 北区												8/9
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前			7/7	
氏名	〒001- 北区												8/9

◆上記にない検診項目をご希望の方は、余白にご記入ください

料金等のお問い合わせは“北海道対がん協会”迄お願い致します。(TEL 748-5522)

コピーしてお使いください

… FAX 送信状 …

年 月 日

公益財団法人 北海道対がん協会 札幌がん検診センター
予 約 係 行 FAX: 011-748-5526

【検診申込書】

※胃・肺の検診をご希望の方は、それぞれどちらかをお選びください

検 診 日 2023 年 7 月 7 日 (金) 午前
8 月 9 日 (水) 午前
団 体 名 幌北連合町内会 (幌北第 3 町内会 班)

ご希望日にも○をつけてください↓

氏 名	住 所	※胃		※肺		大腸	子宮(頸部)	乳房(マンモ)	骨	特定健診	前立腺	バス	ご希望日
		カメラ	バリウム	エックス線	肺がんCT								
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前				7/7
氏名	〒001- 北区												8/9
フリガナ	Tel	カ・バ	エ・CT	大	子	乳	骨	特	前				7/7
氏名	〒001- 北区												8/9

◆上記にない検診項目をご希望の方は、余白にご記入ください

❀ 北海道対がん協会より 検診を受けられる皆様へ ❀

- 1) 受診希望の検診に○をおつけください。
送迎バスをご利用される方は「バス」の欄に○を、ご利用されない方は×をおつけください。
- 2) お申込みいただいた方には、検診日の約1週間前に【北海道対がん協会】より問診票を送付致します。ご住所は詳しくご記入お願いします。
問診票が届かない場合や予約の変更は直接【北海道対がん協会】へお問い合わせください。(TEL 748-5522)
- 3) 感染症対策として、検診にお越しいただく際には**不織布のマスク着用**をお願い致します。(布、ガーゼ、ウレタンのマスクは不可) 送迎バス及び検診センター内は定期清掃の他、アルコール消毒等をしております。また、定期的に換気を行っております。

□ 札幌市がん検診料金表 □

- 札幌市のがん検診は、検診科目ごとに受診対象の年齢が決まっています。年齢は「検診当日の満年齢」です。
- 受診対象外のご年齢の方でも受診はできますが、料金が高くなります。
- 胃がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん検診は、2年に1回の検診です。検診当日「偶数歳」であることが条件となります。ただし、前年度に受診していなければ、奇数歳でも対象として受診することができます。
- 肺がん・大腸がん検診は年に1回の検診です。

受付時間	検診項目	内 容	※ 受診対象年齢・料金	対象外の方
月～土 8:30～9:00	胃	内視鏡検査 (胃カメラ)	50歳以上で原則偶数歳の方 3,200円	胃が痛いなど、症状がある方は 保健診療で受診いただけます
月～土 8:30～11:00 月～金 13:00～15:00		胃部エックス線検査 (バリウム)	50歳以上で原則偶数歳の方 1,100円	5,808円 ピロリ菌抗体のみ 2,640円
		リスク判定(血液検査) ヒロリ菌抗体 + ペプシノゲン	40歳の方 900円	
月～土 8:30～11:00 月～金 13:00～15:00	肺	胸部エックス線検査	40歳以上の方 無料	2,343円
		胸部エックス線検査 +喀痰検査	50歳以上の方かつ 「喫煙年数」×「一日の喫煙本数」が 600以上の方 400円	5,390円
月～土 8:30～11:00 月～金 13:00～14:00	大腸	免疫学的便潜血検査 (検便)	40歳以上の方 400円	2,772円
	前立腺	血液検査 (PSA)	50歳～69歳で原則偶数歳の方 500円	70歳以上の方 2,310円
		子宮	頸部細胞診	20歳以上で原則偶数歳の方 1,100円
	子宮	体部細胞診	20歳以上で原則偶数歳の方 (医師の指示) 600円	2,640円
		乳	マンモグラフィ検査 (医師の検診はおまかせ)	40～49歳で原則偶数歳の方★ マンモグラフィ(2方向) 1,300円 50歳以上で原則偶数歳の方 マンモグラフィ(1方向) 1,100円
乳房超音波検査	同日に上記★のマンモグラフィ2方向を受ける方 800円		5,500円	

土曜日は第1・第3土曜日に開設しています。第1・第3土曜日が祝日の場合は休診となります。

費用免除の該当となる方 上記の表で※受診対象年齢に 該当する方のみ対象です	持参する証明書類 各証明書は検診当日に必ずご持参ください お持ちいただけないと無料になりません
70歳以上の方	保険証などの年齢を証明できる公的証明書
市民税非課税世帯の方 (①・②のいずれか)	①18歳以上の世帯全員分の「課税証明書」、または「所得証明書」、または「納税証明書」 (区役所の税の窓口か市税事務所で発行…手数料無料) ②保険料段階が第1、2、3段階の「介護保険料納付通知書」、または「介護保険料確定通知書」 または「介護保険料特別徴収(決定・変更・停止)通知書」(65歳以上の方のみ)
生活保護世帯の方	「生活保護受給証明書」、または「生活保護世帯健康診査受診券」、または「生活保護法による医療券または介護券(受診日の前・当月分のみ有効)」
65～69歳で後期高齢者医療被保険者の方(加入者は重度の障害をお持ちの方などに限定されます)	「後期高齢者医療被保険者証」、または「後期高齢者健診受診券」
中国残留邦人等支援給付世帯の方	本人確認証

□ その他の検査(オプション) □

受付時間	検査名	受診対象年齢・料金	内容
月～土 8:30～10:00 月・水・金 13:00	特定健康診査 (とくとく健診)	(対象)40歳以上の方 料金はお手元の受診券で ご確認ください	【要予約】 一般的な健康診断(計測血液検査等)です。 『受診券』と『保険証』が必要です。 ※忘れると受診できませんのでご注意ください。 食事制限があります。
月～土 8:30～10:00 (午前のみ)	腹部超音波検査	6,270円	【要予約】 肝臓・胆のう・腎臓をみます。 脂肪肝・胆のう結石・胆のうポリープ・腎結石などがわかります。 当日は絶食となります。
月～土 8:30～11:00 月～金 13:00～15:00	肺がんCT検査	11,000円	胸部エックス線検査では見つけにくい10mm程度の早期肺がんも見つけることができます。 特に50歳以上の方や喫煙者の方、 <u>身内に肺がんの方がいらっしゃる方</u> におすすめしています。 痰が出る方は喀痰の検査もあわせておすすめしています。
	肺がんCT検査 +喀痰検査	12,050円	
	内臓脂肪測定 (CT)	(単独)3,410円 (肺がんCT併用)2,310円	
	骨検診 (DXA法)	2,100円	エックス線を利用して骨密度を測定します。 特に閉経後の女性の方におすすめしています。
月～土 8:30～11:00 月～金 13:00～14:00	婦人科超音波検査 (経膣)	1,100円	子宮体部がんの前兆がないかをみます。 卵巣や子宮内部の様子もわかります。 所要時間は1分程度。 子宮全摘の方も受けられます。
	HPV検査 (ヒト・パピローマ・ウイルス)	5,060円	子宮頸がん検診で採取した検体で検査をします。 (子宮頸がん検診の受診が必須となります) 25～60歳の女性におすすめしています。

※人間ドックや定期健康診査も受診いただけます。詳細はお問い合わせください。

当日、保険証が必要となる場合がありますので、必ずご持参ください。

※ご提示いただけない場合は全額自己負担となりますのでご了承ください。

公益財団法人北海道対がん協会 札幌がん検診センター

〒065-0026 札幌市東区北26条東14丁目1-15

(011)-748-5522 (予約直通)

電話受付時間 平日 8:30～17:15

第1・第3土曜日 8:30～12:05



地下鉄東豊線「元町」2番出口から徒歩7分



午前と午後、どちらにするか迷ったら… 午後がオススメです！

おすすめポイント①

午前に比べて
待ち時間が短く、
あまり密にならずに
ゆったり受診できます。

※人数が多い場合や当日精密検査になる方がいらっしゃる場合は、午後でも時間がかかることがあります。

センターに着いてから
帰りのバスが出発するまで
午前は平均 3.5 時間、
午後は平均 1.5 時間です。



おすすめポイント②

午後に**特定健診**を
受けられるようになりました。

※ただし、実施日が決まっていますので、詳しくは
お問い合わせください。

また、胃カメラ、腹部超音波は午前のみ
となります。



「うちの町内会は午前しかないけど、午後に受診したい！」という場合は…
公共交通機関や自家用車でお越しただければ、ご希望の時間帯に
受診していただけます。(無料駐車場 80 台)

近隣の皆様へ

2023年5月
北海道大学大学祭全学実行委員会
実行委員長 高橋快士
huf@hokudaisai.com

北大祭開催期間中の騒音等について

拝啓 近隣の皆様におかれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。
また平素より北海道大学学生につきまして格別のご高配をいただき、誠にありがとうございます。

さて、下記の日程にかけまして、北海道大学札幌キャンパスにて第65回北大祭を開催する予定でございます。つきましては当日に騒音等で、近隣の皆様方にご迷惑をおかけしてしまうことが予想されますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

敬具

記

開催日時

6月2日(金)	12:00~21:00
6月3日(土)	9:00~21:00
6月4日(日)	9:00~17:00

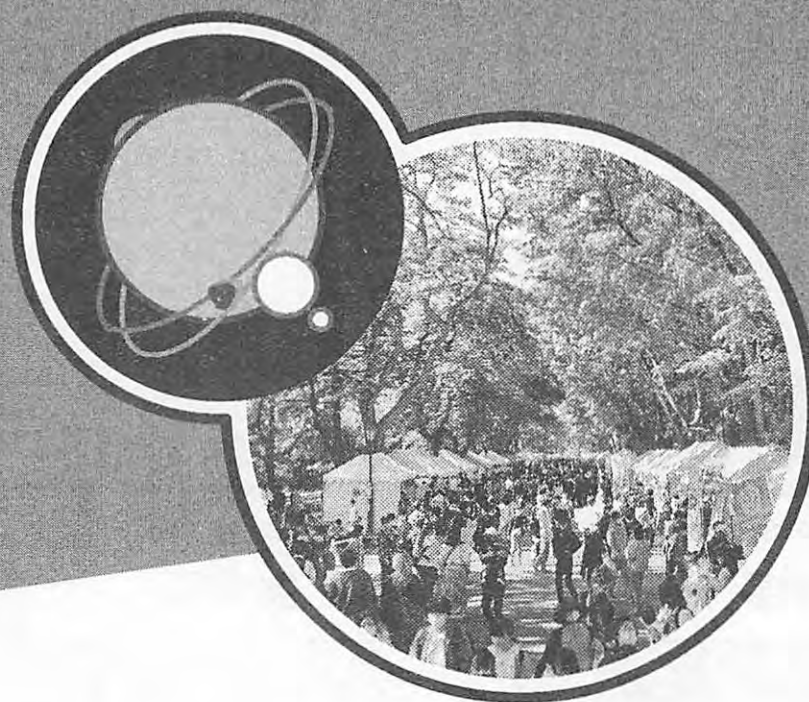
以上

65th 北大祭

HOKKAIDO UNIV.
FESTIVAL

-theme-

MOBILIS



開催日時

6月2日(金) 12:00~21:00

6月3日(土) 9:00~21:00

6月4日(日) 9:00~17:00

@北海道大学 札幌キャンパス

第65回北大祭公式 Web サイト <https://hokudaisai.com/>

お問い合わせ

北大祭事務局

☎ : 011-709-5037

✉ : huf@hokudaisai.com

湧別町特産カレー

実施日時：6月3日（土）

実施場所：北図書館前

湧別高校生徒会の方々による、
地元の特産品を煮込んだに使った
カレーの販売を行う企画です。
お店の前には湧別町の観光地や魅力
を紹介しているPR動画や立て看板も
設置されており、見所も満載です。
この機会にぜひ足を運んでみて下さい。

文系祭

文系祭は「文学部・法学部・経済学部・教育
学部という北大の文系四学部の魅力を広く伝え、
文系学生に活躍の場を提供する」ことを目的に
2021年より開催されています。一口に「文系」
といっても学部・専攻によって研究内容は
様々です。
奥深い文系の魅力の一端を文系祭の企画で
感じてみてください。

映画『サマーフィルムにのって』 上映会

実施日時：6月3日（土）19：00～21：00

実施場所：屋内運動場

2021年公開の映画
「サマーフィルムにのって」を上映します！
いつもの映画館とは違う場所で、
みんなで楽しみながら観る映画。
どこか懐かしいひと時を
北大祭で過ごしてみませんか？
「サマーフィルムにのって」の前には、
北大映画研究会の自主制作映画を上映するので、
お気軽にお立ち寄りください！

薬学祭

薬学祭は薬学部の2年生が運営する祭で、
薬に関連したさまざまな企画を通して、
他学部学生や地域住民の方々に
薬学部や薬学について楽しく
知ってもらうことを目的として行われます。
薬学に興味のある方はもちろん、興味のない方
にも楽しんでいただける企画を用意しています。
ぜひ薬学祭にお越し下さい！

工学祭

北大祭の工学祭は、最新技術や工学に触れられる
だけでなく、北大ダンスパーティーや
屋外の屋台など、エキサイティングなイベントが
盛りだくさん！
食べ物やグッズも豊富で、
お腹も心も満たされること間違いなし！
仲間と一緒に盛り上げられるこの祭は、
日頃のストレスを忘れ、思いっきり楽しむのに
最適な場所です！
ぜひ一度足を運んでみてください！

農学祭

北大南部の緑豊かな農理ローンに
ブルーグラスが響きます。
農学部にゆかりのあるサークルや
農学部生の模擬店がメインストリート沿いに並ぶ
予定です。
教室での展示などの企画も予定しています。
農理ローン、農学部棟へのご来訪を
お待ちしております。

バーチャル北大祭β

実施日時：6月2日（金）12：00～21：00
6月3日（土）9：00～21：00
6月4日（日）9：00～17：00

実施場所：高等教育推進機構 E206

この企画では、来年の北大祭を
さらに盛り上げるために
企画しているバーチャル北大祭の概要展示、
およびVR体験会や活動紹介をしています。
VR体験会ではなかなか体験できない
全身のトラッキングもできます！
今昔で話題のメタバースを体験してみませんか？

お化け屋敷

実施日時：6月2日（金）12：00～20：00
6月3日（土）9：00～20：00
6月4日（日）9：00～15：00

実施場所：第一体育館1階

お化け屋敷には300円の入場料がかかります。
久々の休暇を使って憧れのホテルに！
フロントでルームキーを受け取り、
客室フロアに辿り着いた先で
目の前に見えた光景は…
あなたは無事、この客室から脱出できるのか
最高のおもてなしと恐怖をあなたに
注意：1日に2回ほど点検があるため、
一部お化け屋敷に入場できない時間があります。

～自転車に乗るならヘルメットを着用！！～

令和5年4月1日から老若男女関わらず全ての自転車利用者に対して、ヘルメット着用の努力義務が課せられることになりました。

令和4年中北海道における自転車乗車中の死者は12人で、令和3年と比べて10人増加し、そのうち65歳以上の高齢者は7人と全体の約6割を占める結果となっています。

事故に「遭わない」「遭わせない」ためにも自転車乗車時のヘルメット着用を考えてみてください。

赤い灯

北警察署
011-727-0110

札幌駅北口交番
011-736-9820

北二十条交番
011-746-4361

自転車に乗るときは
ヘルメットをかぶろう！！



道路交通法が改正され、令和5年4月1日から全ての自転車利用者についてヘルメットの着用が努力義務となりました。



～自転車安全利用五則～

- 1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用



※知っていますか？自転車運転者講習制度

15歳以上の自転車運転者が、交通の危険を生じさせるおそれのある一定の違反行為（信号無視・通行禁止違反等）を反復して行った場合、自転車運転者講習を受けなければなりません。

春の全国交通安全運動の実施

～令和5年5月11日(木)から5月20日(土)までの10日間～

「交通事故防止のポイント」

- 1 こどもを始めとする歩行者の安全の確保
- 2 横断歩行者事故等の防止と安全運転意識の向上
- 3 自転車のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

暴力団退治三つの運動+?
?暴力団を利用しない!
?暴力団を恐れない!
?暴力団に金を出さない!
+暴力団と交際しない!