

町内連絡

令和5年11月号
回覧

幌北第3町内会
☎011-706-1451

- **「救命入門コース研修会」(幌北第3町内会主催)の案内!**
11/11(土)14:00~(1時間程度)幌北会館で行います。
札幌北消防署幌北出張所の方が来て教えてくれます。
参加できる方は会長の小川(090-2699-2823)に11/8までに連絡をください。(※なお、研修時火災等有事になった場合は消防署員の方は出動しますので、別メニューになることがありますので承知おきください。)
- **「北13条いこい公園」の清掃協力をお願い!**
幌北第3町内会担当清掃は10/7、10/21(土)皆さん大変、お疲れさまでした。11月合同清掃は、11/11、11/25、いずれも(土)9:00~です。
この取り組みは幌北第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致します。
- **「幌北第3町内会区域内植樹柵清掃」協力をお願い!**
上記11/11、北13条いこい公園の合同清掃後、町内会区域の植樹柵清掃をします。9:30位から行いますので、参加協力頂ける方は北13条いこい公園北側にお集まりください。よろしく申し上げます。
- **町内の近くで施工される上水道工事のお知らせ!**
町内会の区域内及び近くで上水道工事が行われます。詳細は回覧に工事の内容を添付しますので、ご覧ください。また、工事現場近くを通る際には十分気を付けてお通り下さい。

●町内資源リサイクル回収日は12月8日(金)です!

「偶数月の第2金曜日」朝9時までに玄関前か、歩道前に出してください。段ボール類はゴミステーションには出せませんので、資源回収をご利用ください。新聞、雑誌、牛乳パック、段ボールは束ねて出してください。次回回覧でチラシを添付し再度お知らせします。

●第2回スマホを学ぼう! 学生と地域の茶話会! 案内!

11/25(土)14:00~16:00 幌北会館で行われます。詳細は回覧に添付しますので、参加申込用紙をお書きになり、9/22までに幌北まちづくりセンターに申し込んでください。

◇幌北第3町内会は現在、町内の再開発などにより、以前からお住いの方たちが引越しされ、町内会運営がとてもしんどくなってきております。町内会の行事をはじめ、活動にぜひ参加協力をお願いいたします。

!! 幌北第3町内会 Web サイト !!

<http://chiri.let.hokudai.ac.jp/~you/horokita3/>

回覧板など町内の最新情報や防災に関することなどが見ることが出来ます。

スマートフォンなどからご利用ください。



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



近 隣 住 民 の 皆 様 へ



水道管移設工事のお知らせ

日頃より札幌市事業にご理解・ご協力いただき誠にありがとうございます。

この度、環状通（北14条東1丁目～北14条西1丁目）におきまして、札幌市水道局給水部工事課発注の水道管移設工事を行う事となりました。

つきましては、工事期間中の、騒音・振動及び交通規制・車輛の出入り等、何かとご迷惑をお掛けする事と存じますが細心の注意を払い、安全を第一として、工事を進めさせていただく所存です。工事の必要性をご理解いただき、何卒宜しくご協力下さいますようお願い申し上げます。

尚、ご不明な点がございましたら下記、現場代理人（佐藤 浩行）までお問い合わせ下さい。

※工事期間中、混雑が予想されますので、迂回のご協力をお願いいたします。

※工事による「断水」は発生しません。

※水道管は、地表より17mと深い位置において、推進工法（地中掘削）にて布設するため、これによる振動は発生しません。

記

工 事 名 : 平岸第3幹線移設工事 No.9-0015
工 事 区 間 : 札幌市東区北14条東1丁目～北区北14条西1丁目
工 事 概 要 : 配水管布設延長～201.8m (うち推進工D1200mm～159.5m)

契 約 工 期 : 令和5年10月4日 ～ 令和7年5月5日

施 工 予 定 期 間 : 令和5年11月中旬 ～ 令和7年3月31日

休 工 予 定 日 : 土曜日・日曜日

作 業 時 間 : 9:00～17:00

発 注 者 : 札幌市水道局給水部工事課工事二係

工 事 担 当 : 主任監督員 加藤 恵佑

監 督 員 梶本 和也、升元 一貴、竹中 基裕

電 話 011-211-7056

施 工 業 者 : アイケン・タカハタ特定共同企業体

代 表 者 : アイケン工業株式会社

現 場 代 理 人 : 佐藤 浩行 会社電話 011-591-8321

携帯電話 090-2699-9306

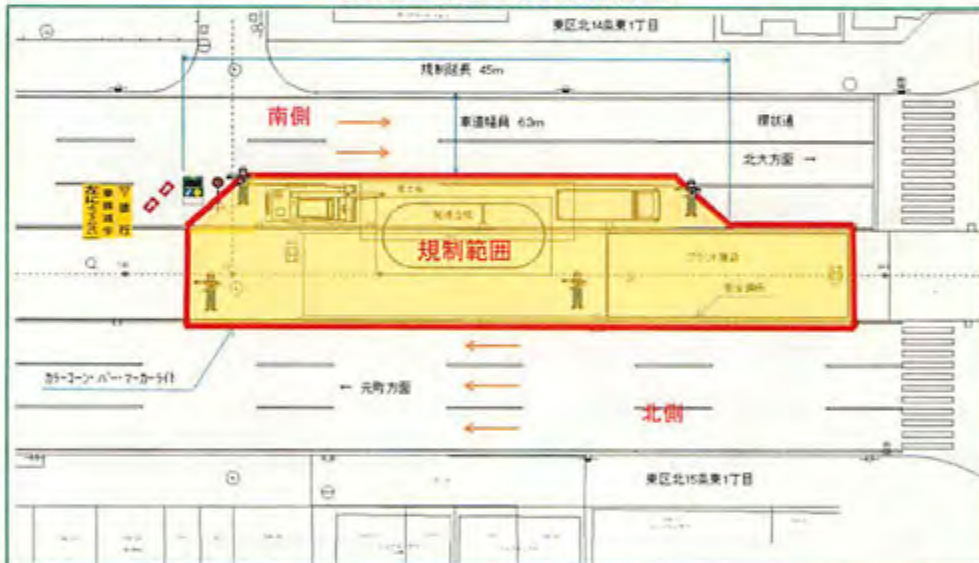
工事施工位置図



道路規制略図

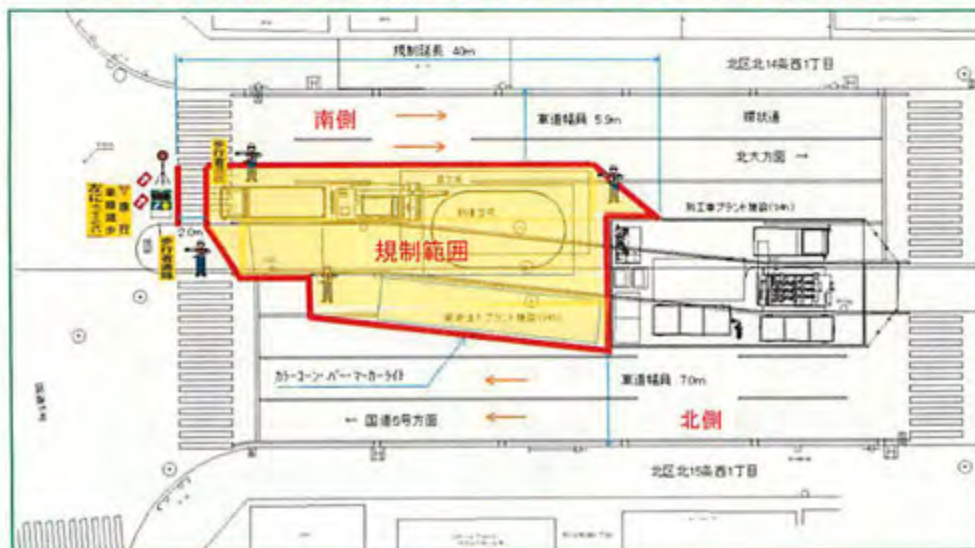
発進立坑交通規制図 (規制時間帯 9:00~17:00)

作業休止時、車道の交通規制無し



到達立坑交通規制図 (規制時間帯 9:00~17:00)

作業休止時、南側車線は交通規制無し、北側車線は24時間で2車線通行となります



紙類・びん類・金属類・布類は集団資源回収へ

回収日・・・ 12月8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、水ですすぎ、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

ほらほら

幌北

幌北まちづくりセンターだより

NO.57

令和5年(2023年)9月発行
幌北まちづくりセンター
北区北17条西5丁目1-7



北区まちづくりキャラクター

「ほっぴい」です!



幌北まちセンホームページのQRコード⇒

こんにちは。幌北まちづくりセンターの山越です。ところで令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症の位置づけが5類感染症に変更になりました。この夏は、公園でラジオ体操や盆踊り大会なども開催されている町内会も増えてきました。コロナ前のように地域の活動が盛り上がったら良いですね。

それでは、これまで幌北まちづくりセンターHPで配信した地域のニュースを中心にお知らせします。

幌北連町女性部研修会開催

令和5年3月13日(月曜日)、幌北会館(北区北17条西5丁目)において幌北連合町内会女性部の研修会が、3年ぶりに開催されました。

今回の研修は、講師をお招きしてハーバリウムを作成しました。このハーバリウムは、プリザーブドフラワーやドライフラワーをガラスの小瓶にアレンジし、保存用の専用オイルを入れて、花の美しさを長期間保つことができる観賞用インテリアです。

今回、24名の方が参加し、たくさんのお花材から自由に選んで、思い思いにご自分の作品を作っていました。参加された皆さんは熱心に取組まれ、出来上がった作品に満足されていました。



幌北小学校入学式開催



令和5年4月6日(木曜日)幌北小学校(北区北19条西2丁目)の入学式が行われました。今年には65名の新一年生が入学しました。能登校長先生からは、「おはようございます」「こんにちは」「さようなら」など、学校生活で大事な挨拶の言葉のお話がありました。児童たちは緊張しながらも立派なお話を聞いていました。

幌北小学校では、「ほほえみこぼれる幌北の子」を標語に指導に取り組んでいます。新一年生の児童の皆さん、明るく元気に学び、遊んで、楽しい小学校生活を送ってください。

春の交通安全街頭啓発活動

幌北交通安全母の会（三浦美紀子会長）では、「春の交通安全市民総ぐるみ運動」に合わせ、令和5年5月11日（木曜日）から5月17日（水曜日）まで一週間（土日除く）、幌北小学校（北区北19条西2丁目）の新入学児童の下校時の交通安全見守り活動を行いました。

交通安全母の会の皆さま、いつも見守り活動していただき、ありがとうございます。

※黄色の帽子・ジャンパー着用の方が、交通安全母の会のメンバーです。



幌北連合町内会定期総会 4年ぶり対面開催



幌北連合町内会（小田島義雄会長）の令和5年度定期総会が、令和5年5月13日（土曜日）に幌北会館で開催されました。この3年間は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため書面決議（開催）でしたが、今年は4年ぶりに代議員が集まる対面形式で実施しました。

会場内では、久しぶりに地域の代表の方が一堂に会したので、にこやかに挨拶される風景も見られました。

総会は、令和4年度事業・決算報告と令和5年度事業計画・予算及び役員改選の議案が、温かい拍手で承認されました。

日赤奉仕団と幌北小児童の花植え活動

日赤奉仕団幌北分団（五十嵐秀子分団長）では、平成3年から幌北小学校（北区北19条西2丁目）の児童と一緒に花壇づくりを始め、現在まで30年間以上も長きにわたり続く、毎年恒例の行事となりました。

今年は5月19日（金曜日）に、同校3年生の児童56名と日赤奉仕団の皆さん22名にネオロス幌北の大学生4名も参加して、校舎南側のます花壇にペゴニア、マリーゴールド、ペチュニア、サルビアの4種類の花苗を共同で植えました。

児童たちには、初めに団員の方から花苗の種類や上手な植え方などを教わってから、各ます花壇ごとにグループに分かれ、丁寧に指導を受けながら熱心に花植えを行っていました。



この取組は、現在、児童たちが地域の方々と触れあうことのできる貴重な多世代交流の場ともなっています。幌北小学校の近くにお寄りの際は、是非、ご覧ください。

幌北小学校第 86 回運動会開催



令和 5 年 5 月 27 日（土曜日）、幌北小学校第 86 回運動会が晴天の下、「努力・協力・自己ベスト」をテーマに 1・3・5 年生と 2・4・6 年生の前半と後半の 2 部に分けて開催されました。

児童たちは、多くの保護者の方が見守る中、短距離走、大玉転がし、幌北玉入れ、幌北ハリケーン～2023、幌北よっちょれ、幌北ソーラン～2023 などの種目に、1 人 1 人目標を持ち、仲間と協力しながら、全力で取り組んでいました。

地域でスマホ教室開催

令和 5 年 6 月 24 日（土曜日）、幌北会館（北区北 17 条西 5 丁目）において『一緒にスマホを楽しく学ぼう！学生と地域の交流茶話会』が開催されました。

これは幌北連合町内会とネオロス幌北（地域と学生が考えるまちづくり会）が共催で実施した初めての試みで、地域の方々に日頃、スマホの使い方について困っていることや操作方法などをボランティアの学生さんに気軽に聴くことができる茶話会です。

当日は 24 名ほどの地域の方々が参加され、地域の多世代交流の良い機会ともなりました。サポートしてくれたネオロス幌北の学生さん、本当にお疲れ様でした。ありがとうございます。



「外国とつながる親子ミートアップ」開催



令和 5 年 6 月 17 日（土曜日）、幌北児童会館（北区北 17 条西 6 丁目）において、（公財）札幌国際プラザが（公財）さっぽろ青少年女性活動協会と共催で「外国につながる親子ミートアップ」を開催しました。これは外国につながる子どもと親の交流会です。

子どもたちは、大学生のお兄さんやお姉さんと一緒に遊ぶとともに、また親の方たちは、子どもや子育てのこと、日本の生活のことなどについて

て、参加者同士で情報交換ができる良い機会です。

当日、19組41名（大人20名、子ども21名）が参加しました。ネオロス幌北（学生と地域で考えるまちづくり会）の大学生4名もボランティアで参加しました。親も子どもも楽しいひと時を過ごしました。

※ミートアップ (meet up) とは、英語で「出会う」という意味です。

幌北小学校スクールゾーン実行委員会開催



令和5年6月26日（月曜日）、令和5年度第1回「幌北小学校スクールゾーン実行委員会」が、同小学校で開催されました。新型コロナウイルス感染防止のため4年ぶりの対面開催となりました。PTAなど保護者の方々をはじめ、幌北地区の交通安全実践会、交通安全母の会、青色防犯パトロール隊、幌北連町交通部など地域の方々、北警察署、北区土木部、北区交通安全運動推進委員会などの関係者が集まりました。

能登校長からのご挨拶や日野澤教頭から同小学校での交通安全教育の取組などを紹介した後、児童が通う通学路の安全について、参加者から付近の歩車分離信号の渡り方や通学路の危険個所のことなど、貴重な情報交換、意見交換が行われました。

幌北まちづくりセンターからの お知らせ

ご存知でしたか？～まちセンで証明書らくらく受け取り

**まちづくりセンターでは、住民票や戸籍謄本・抄本など
札幌市の証明書を受け取ることができます**

取り扱い証明書	手数料	ご注意
住民票	350円	証明書は、申込日の翌まちセン開所日にご用意できます。 （祝日などがなければ、金曜日申し込みの場合は、次の月曜日にお渡してきます。）
印鑑登録証明書	350円	
戸籍関係の証明（戸籍謄本・抄本など）	450円	

※問い合わせ先 **幌北まちづくりセンター**
〒001-0017 北区北17条西5丁目1-7
電話 726-6345 / FAX 726-2765



元気に生き生きと暮らすために

～さて人生100年時代をどう過ごすか～

お元気ですか



声かけ運動

人生百年時代と言われるようになりました。60歳以降の約40年をどう過ごすか。

高齢者の日常生活については、次の三つのことがよく言われています。

①バランスの良い食事を摂る。 ②適度の運動をする。 ③人との交わりを大切にする。

食事については、好きなものは食べるが苦手なものは避ける傾向があります。甘い物の取りすぎ、塩分の取り過ぎなど何時の間にか偏りがちです。特に一人暮らしの場合は気を付けてくれる方がいません。ご近所の方や友人との会話の中で気づかれ食生活を矯正できればよいのですが。

運動では、加齢と共に疲れやすくなり、買い物や通院など用事がないと出歩かなくなる傾向があります。足腰の筋肉の減少が起き、動くのが億劫になりがちです。外出や散歩などを週3回以上意識することが大切です。町内会の行事、外部の催し物、体操教室、趣味のサークルなど計画的に参加するのが良いと思われます。

人との交わりは、コロナで希薄になった友人、ご近所との交わりを大切にする事です。マンション生活などでご近所付き合いの少ない場合などは困難なこともあるでしょう。食事など家族との会話時間も大切です。外出の所でも上げましたが、外で多くの方と接触できるのは特に新鮮な感じもあり有効だと思います。

これらのことは、地域の社会福祉協議会や介護予防センターなども、積極的に関わっていますので、大いに利用すべきです。

人生の後半を、自分なりに計画し楽しく有意義に過ごしたいものです。迷いや困ったことがあれば、遠慮せず近くの町内会役員、民生児童委員、社会福祉協議会、区役所などに声をかけてみましょう。多くの方々が相談に乗ってくれます。



すこやか倶楽部



幌北健康リズム会

コロナが収まって活動の活性化を!

～幌北第5町内会～

第5町内会は幌北地区のほぼ中央に位置しています。

町内には地下鉄南北線の出入り口が3か所もありとても便利なところです。

近年は、個人住宅が減少しマンションが増える傾向にあります。特にワンルームマンションが多く町内会活動が難しくなっております。

ただ、有難いことに町内会役員の声掛けや、回覧板等でのお願いでマンションの方々の町内活動への参加者が増えてきております。

やっとコロナの感染状況も収まってきましたので、以前のように町内会の活動も色々と実施していきたいと思っております。



4月は町内会の清掃、5月は歩道花壇の花植えを行いました。

今年は4年ぶりにジンギスカンパーティを7月に実施出来ました。

今後は秋のリクリエーション、忘年会、新年会の開催を予定しております。



4月の町内会清掃活動



5月歩道花壇の花植え



7月ジンギスカンパーティ



1月新年会



日帰り温泉旅行

災害のない安全・安心な暮らしを願って

～幌北連合町内会防火・防災部～

幌北連合町内防火・防災部では、人生を楽しく暮らし、長生きして良かったと感じる町内会にしていきたいと思ひます。

1番目には火災について、今高齢者が火災によって亡くなる例が大変多くなっていることです。どうすれば火災を起こさないかが問題であります。火を使用する時に火は恐ろしいと感じることです。多いのは電気関係・放火・コンロ・煙草・マッチ・ライターであります。常に気を付けていれば火災は起きないことだと思ひます。

2番目は地震です。地震はいつ来るかわかりませんが、いつ来ても良いと思ひを持ち備えをする事が大事だと思ひます。

今年小さな地震が3回もありました。非常持ち出し用の物品を整備やタンスや食器棚などの転倒が無いように支えをしっかりとする等が大切です。

3番目は台風です。物を飛ばされたり、大雨で家屋への浸水が考えられます。地球温暖化でこれまでとは違う気象状況が起きています。災害はいつ起きるかわかりません。

現在、各町内会には、いつ災害が起きても良いように避難所を設けるようお願ひしており、飲料水・トイレ・テント・スマートホンの充電器等を用意して頂ける様にお願ひをしております。

札幌市の浸水ハザードマップを見て学ぶことも大事だと思ひます。

幌北連合町内会は地域住民の命と暮らしを守る為、災害に強い地域を作つて参ります。

皆様の、ご協力をお願いいたします。



非常持ち出し品の展示



連合町内会の消防訓練



台風による被害

高齢者の方々が、住み慣れた地域で、 くらし続けるために応援してください。

福祉除雪ボランティアしませんか

札幌市と札幌市社会福祉協議会では、毎年12月から「福祉除雪事業」を行っています。

この福祉除雪事業は、70歳以上の高齢の方や障がいのある方など、積雪により冬季間の生活に不自由されている世帯に対して、地域の協力員さんが助け合い活動の一環として除雪作業を行う仕組みです。

除雪作業に加えて利用世帯の安否確認も兼ねており、地域住民がお互いに助け合う優しい街づくりの一つとして、雪国ならではの温かな取り組みです。今年も12月からの「福祉除雪事業」の実施に向けて、新たに除雪活動に協力していただける「地域協力員」を募集します。

活動内容

- ①除雪範囲 間口（道路への出入り口部分）を概ね1.5m、敷地内は玄関先までの通路部分で歩行に支障のない80cm程度の幅を除雪をしていただきます。
- ②除雪日時 札幌市の道路除雪が行われた日（生活道路の新雪除雪のため、札幌市の除雪車が入った日）です。12時ころまでに実施していただきます。
- ③除雪期間 令和5年12月1日（金）～令和6年3月20日（水）

募集内容

年齢・性別を問いません。一つの世帯をご家族、お仲間など複数の方で除雪いただくことも可能です。

申込方法

ご協力いただける方は、北区社会福祉協議会に登録していただきます。

※ 登録・お申し込みなどの詳細は
北区社会福祉協議会へ

電話 757-2482

札幌北地区福祉のまち推進センター



未来にはばたく支え合い!

赤い羽根共同募金



札幌市赤い羽根共同募金
マスコットキャラクター

えなまるちゃん



赤い羽根共同募金って?

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、地域福祉の活動に取り組む民間団体を応援する募金です。

地域ごとに課題解決に必要な額を事前に定めてから、寄付を募る「計画募金」です。

募金はどのくらい集まるの?

札幌市の令和4年度の募金総額は、

83,149,991円でした。

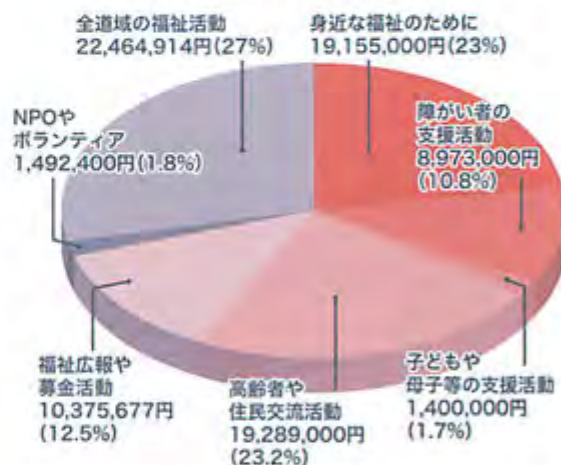
(前年度と比較すると、1,354,070円の減となりました)



集まった募金の使いみちは?

札幌市で集まった募金の約70%は、札幌市内の様々な福祉活動に役立てられています。残りの約30%は、北海道内の広域な福祉活動に役立てられています。また、災害発生時には、被災者への義援金募集や被災地でのボランティア活動への助成などにも役立てられています。

募金の使いみち



今年も10月1日からはじまります。

赤い羽根共同募金



札幌市共同募金委員会 〒060-0042 中央区大通西19丁目1-1札幌市社会福祉総合センター3階
TEL 011-614-3532 / FAX 011-614-1109 / WEB <https://www.sapporo-shakyo.or.jp/donation/fund-raise/>

札幌市北区共同募金委員会

問い合わせ 札幌市北区北24条西6丁目 北区役所内
TEL(011)757-2482 FAX(011)737-7270

令和4年度、北区内では、総額7,496,290円の あたたかい善意が集まりました！ ありがとうございます！！



内訳

- 戸別募金 (ご家庭にお願いした募金) 5,712,762円
- 法人募金 (企業等にお願いした募金) 1,444,539円
- 街頭募金 (街頭でお願いした募金) 338,989円



この金額のうち、6,221,000円が、つぎのような内訳で、
今年度(令和5年度)の北区内の福祉のために役立てられます。
なお、ご協力いただいた募金は、全道・全市的な団体にも助成されています。

1 福祉団体の支援のために 計1,717,000円

- ①北区老人クラブ連合会
「研修活動事業」「保健体育活動事業」
「文化活動事業」..... 617,000円
- ②北区おもちゃ図書館
「障がい児・健常児子育て支援事業」..... 100,000円
- ③札幌協働福祉会 就労継続B型・生活支援あいの里ワークセンター
..... 1,000,000円

2 障がいのある子の支援のために

- ①北海道クリスチャンセンター福祉会
「地域障がい児者支援事業」「障害児通所支援事業」
「乳幼児発達支援事業」..... 400,000円

3 児童の福祉のために 計500,000円

- ①札幌創成高等学校
「社会福祉協力校」..... 100,000円
- ②札幌市あいの里西小学校
「社会福祉協力校」..... 100,000円
- ③札幌市立新琴似北中学校
「社会福祉協力校」..... 100,000円
- ④札幌市立太平中学校
「社会福祉協力校」..... 100,000円
- ⑤北海道札幌英藍高等学校
「社会福祉協力校」..... 100,000円

4 各地区の住民が参加する福祉活動のために 計880,000円

- ①鉄西地区社会福祉協議会
「ひとり暮らし高齢者配食サービス事業」 80,000円
- ②幌北地区社会福祉協議会
「第4回ふれあい訪問」..... 80,000円
- ③北地区社会福祉協議会
「福祉のまちづくり活動支援事業」..... 80,000円
- ④新川地区社会福祉協議会
「ふれあいプレゼント事業」..... 80,000円
- ⑤新琴似地区社会福祉協議会
「一人暮らし高齢者ふれあい交流会」..... 80,000円
- ⑥新琴似西地区社会福祉協議会
「高齢者お祝い品贈呈事業」..... 80,000円
- ⑦屯田社会福祉協議会
「ふれあい福祉週間事業」..... 80,000円
- ⑧麻生社会福祉協議会
「高齢者ふれあい交流会」..... 80,000円
- ⑨太平百合が原地区社会福祉協議会
「敬老演芸の集い」..... 80,000円
- ⑩拓北・あいの里地区社会福祉協議会
「広報誌発行事業」..... 80,000円
- ⑪篠路茨戸地区社会福祉協議会
「しのろばらと福祉のつどい開催事業」..... 80,000円

5 北区全体の地域福祉のために 計2,003,000円

- ①北区社会福祉協議会
「地区社会福祉協議会活動の活性化・支援事業」774,000円
「地区社会福祉協議会活動助成事業」1,229,000円



街頭募金活動の様子



昨年たくさんの方にご協力いただき、
募金活動を実施することができました。
ありがとうございました。



北区限定

寄付金付き
ピンバッジのご紹介
(1個500円)

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

令和5・6年
12月・1月

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。



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	12月21日(木) 10:00~	くらしの中の血流改善 講師：㈱花王
	1月18日(木) 10:00~	外部講師によるイスでヨガ
幌北会館 北17西5-1-7 1階集会室	12月 1日(金) 10:00~	転倒予防について 講師：㈱ダスキン
	1月 5日(金) 10:00~	モルックを体験しよう 担当：北区介護予防センター新道南
要事前申込！ すこやか ホーム 北23西7-2-3	12月22日(金) 13:30~	認知症について 講師：北区第1地域包括支援センター
1月はお休みとなります		
おうち すこやか ZOOMでオンライン	12月11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。
	1月15日(月) 13:30~	

1日1回となりました

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ください。
- 教室時は、マスクの着用にご協力ください。
- 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(すこやかホーム)があります。他の参加者と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♪

介護予防センター
イメージキャラクター かよるん



札幌市地域包括支援センター
イメージキャラクター
『ほっター』

こんにちは。

北区第1地域包括支援センターです。

令和5年度 ほっター通信第9号

(担当地区：鉄西地区・幌北地区・北地区・新琴似地区)

この夏の猛暑から一転、寒さを感じる日も多くなってきたこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、最近変わってきたこととしては、感染症対策ですっと着けてきたマスクを外す機会が増えてきたことかと思えます。相手の表情も分かって、お話しも弾みますね。そこであらためて口元が見えてきたことで、気になるのはお口の健康です。今回は口腔機能のチェックを取り上げてみました。普段から気をつけている方もそうでない方も、この機会に一度チェックをしてみませんか。

Q. 包括支援センターって、何をするとところ？



高齢者の総合相談窓口・支援機関として、札幌市から委託を受けている機関です。

地域でのケアを充実させるために、介護保険サービスだけでなく、地域の保健・福祉・医療サービスやボランティア活動、近隣での支え合いなど、多様な社会資源を結びつけていくことを目指しています。

主任介護支援専門員・保健師・社会福祉士といった、複数の専門スタッフが配置され、それぞれの専門スタッフが協働し、高齢者の皆さまが、いつまでも住み慣れた地域で生活するための「安心」を支援いたします。

地域包括支援センターの主な事業

- ✿ 総合相談・支援や他の必要なサービスとの連携
- ✿ 介護予防ケアマネジメント
- ✿ 高齢者虐待防止のための相談や権利擁護
- ✿ 包括的・継続的ケアマネジメント支援

窓口相談



月曜日～金曜日
8:45～17:15

※土・日・国民の祝日、
年末年始12月29日～1月3日除く

札幌市北区第1地域包括支援センター

〒001-0024

札幌市北区北24条西5丁目 札幌サンプラザ5階

電話 (011) 700-2939

FAX (011) 700-5037

※フロント横のエレベーターを上がって右にお進みください。
※無料の駐車場はございませんので、あらかじめご了承ください。

●口腔機能のチェック項目

質問項目	はい	いいえ
半年前と比べて、固いものが食べにくくなった	2点	
お茶や汁物でむせることがある	2点	
義歯を使用している ※	2点	
口の渴きが気になる	1点	
1年前と比べて、外出の頻度が少なくなった	1点	
さきいか・たくあんくらいのものが噛める		1点
1日2回以上は歯を磨く		1点
1年に1回以上は歯科医院を受診している		1点

※ここでいう義歯とは取り外しのできる歯のことです。

合計点数が・・・

0～2点	口腔の機能低下の危険性が低い
3点	口腔の機能低下の危険性あり
4点以上	口腔の機能低下の危険性が高い



口腔機能が低下しているかもしれないと思ったら、

かかりつけ歯科医に相談してみましよう！

※ 令和2年度老人保健健康増進等事業（老人保健事業推進費等補助金）通いの場に参加する高齢者を中心とした摂食機能等に応じた適切な食事選択の方策に関する調査研究事業（地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター 自立促進と精神保健研究チーム 本川佳子）



結核のない世界をめざして!

「複十字シール運動」とは



複十字シールの
キャラクター
シールぼうや



令和5年度複十字シール運動募金にご協力をお願いします。

複十字シール運動募金は結核や肺がん、そのほか胸の病気をなくすための世界共通の活動で、100年以上の歴史をもつ由緒ある運動です。

複十字シール運動募金とは？

複十字シール運動募金とは、世界中の結核を征圧し、肺がんやCOPD（慢性閉塞性肺疾患）などの呼吸器疾患をなくすため、世界各国で行われている募金活動です。

複十字シールをお使いになることで、この運動を多くの方々に広め、結核予防思想の普及の一翼を担っていただくというものです。また、この運動によって皆様からお寄せいただいた募金は国際協力や国内の活動の貴重な財源となっております。

結核は現在も猛威を振るっています

結核は、今でも日本の重大な感染症で、令和3年は年間1,519人が発病し、1,844人が亡くなっています。

また、北海道でも335人が発病し、59人が結核で命を落としています。(結核予防会統計資料より抜粋)

結核は空気感染する病気です

結核を発病している人が、体の外に菌を出すことを「排菌」といいます。

せきやくしゃみをすると飛沫（しぶき）と共に結核菌が飛び散り、それを他の人が吸い込むことにより「感染」します。

複十字シール運動募金の使いみちについて

皆様からお寄せいただきました募金は右記事業のような結核対策に有益に使用させていただいております。

また、皆様の善意の心は世界へと羽ばたき、アジア・アフリカを始めとする発展途上国の子供たちを結核の蔓延から守るためのBCGワクチンとなって多くの幼い命を救っているのです。

「結核のない未来のために」と願う思いやりの気持ちをこの複十字シールに込めていただき、どうか今年も一人でも多くの方々にご協力いただけますよう、よろしくお願いいたします。

途上国の結核対策（国際協力）

全国の結核予防団体の活動

結核予防の広報や教育資料の作成

結核の調査研究

運動の主催 公益財団法人 結核予防会

後援 厚生労働省・文部科学省・全国結核予防婦人団体連絡協議会

※ 結核予防会は秋篠宮妃殿下を総裁とする公益法人です。



公益財団法人 北海道結核予防会

2023年ノースエイム公開講座

札幌円山整形外科の
理事長・院長

竹林庸雄先生の 健康講座

日時

2023年11月15日(水)
18:30~20:00

会場

ノースエイム 大会議室
(札幌市北区北18条西5丁目2-12
一般財団法人庁立・北高会ノースエイム)

先着40名参加費 無料



講演

「首や腰の痛みについて学ぶ
~その痛み我慢していませんか~」

講師

竹林 庸雄 先生

札幌円山整形外科理事長・院長
札幌医科大学臨床教授

●略歴

1982年札幌北高校卒業(32期)
1989年札幌医科大学医学部医学科卒業
1989年札幌医科大学整形外科学講座研究生
1998年米国Wayne州立大学Bioengineering Center
留学(Post-doctoral fellow)
札幌医科大学整形外科学講座にて
2002年助手、2006年講師、2012年准教授
2017年札幌医科大学臨床教授
2022年札幌円山整形外科病院理事長・院長

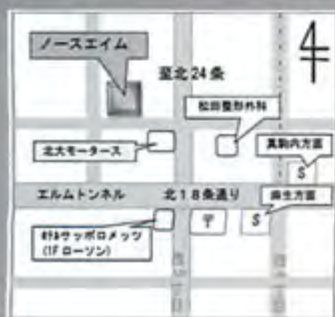
●専門

脊椎・脊椎外科

●資格

日本整形外科学会専門医、医学博士、日本整形外科学会リ
ウマチ認定医、日本脊椎脊髄病学会評議員・指導医・認定
医、日本脊椎脊髄病学会travelling fellow、日本再生医
療認定、日本脊椎脊髄外科専門医

みなさまのお越しをお待ちしております。



主催 一般財団法人庁立・北高会 会館ノースエイム

無料ですがご予約(定員40名)が必要です
申込/お問い合わせ

TEL: 011-716-3045

URL: <https://www.northaim.com>



あなたの家の台所 大丈夫？

○ 自動消火装置を
設置している

× グリルが油で
汚れている

× こんろの周囲に燃えやすい
ものを置いている

× こんろを使用している時に
目を離している





あなたの家の

居間

大丈夫？

× ストープの周囲に燃えやすいものを置いている・干している

× ろうそくに火をつけたまま目を離している



× たこ足配線をしている

○ 防災品を使用している



あなたの家の

寝室 大丈夫？

ピーピー

火事です



住宅用火災警報器を
設置・点検している

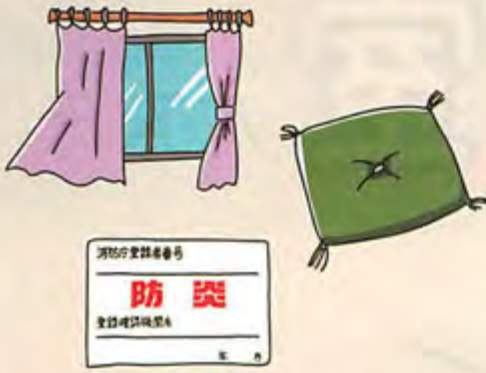
× 寝たばこをしている



× コードの上に
家具を置いている

× プラグ周りにホコリが
たまっている





防炎品

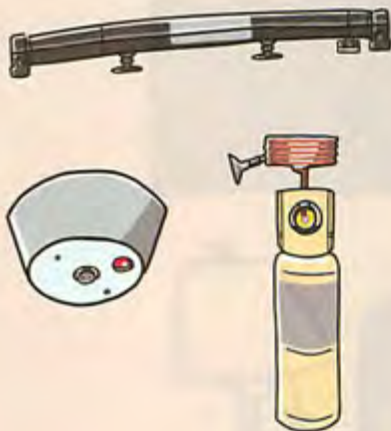
防炎品とは、繊維など燃えやすいものを改良して、燃えにくくしている物品のことをいいます。防炎品とそうでないものでは、火の燃え広がり方が大きく変わりますので購入を検討しましょう！

住宅用火災警報器

住宅用火災警報器は消防法で設置が義務付けられているので、必ず設置しましょう。

設置する場所は、札幌市火災予防条例に定められており、主に「寝室、階段、台所」です。

詳しくは、お近くの消防署へお問い合わせください。



自動消火装置

自動消火装置とは、自動で火災の熱を感知し、消火してくれる便利な設備です。こんろ、暖房器具、仏壇などの火災危険のある場所の周辺に設置しましょう。また、札幌市消防局では65歳以上の方のみで構成された世帯を対象に、最大28,700円の助成事業も実施しています。詳細については、札幌市消防局予防部予防課まで御連絡下さい。

消防局予防部予防課	中央区南4条西10丁目	☎ 215-2040
中央消防署	中央区南4条西10丁目	☎ 215-2120
北消防署	北区北24条西8丁目	☎ 737-2100
東消防署	東区北24条東17丁目	☎ 781-2100
白石消防署	白石区南郷通6丁目北	☎ 861-2100
厚別消防署	厚別区厚別中央1条5丁目	☎ 892-2100
豊平消防署	豊平区月寒東1条8丁目	☎ 852-2100
清田消防署	清田区平岡1条1丁目	☎ 883-2100
南消防署	南区真駒内上町5丁目	☎ 581-2100
西消防署	西区発寒10条4丁目	☎ 667-2100
手稲消防署	手稲区手稲本町2条5丁目	☎ 681-2100



お問い合わせ・ご相談は
最寄りの消防署へ



さっぽろしほろきたじどうかいかん 札幌市幌北児童会館

がつ
2023.11月

{住所}〒001-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20

{TEL}011-727-6225 {FAX}011-299-1904

{札幌市児童会館指定管理者}公益財団法人 さっぽろ青少年女性活動協会



<http://www.syaa.jp/>

しょうぎきょうしつ ★将棋教室★

と
11日(土)

ごご1:30~3:30

しょう おとこ ていじん めい
小1~大人 定員13名

もつ
申し込み:1日(水)ごご4:00~

せんちやくしゅん
先着順

♪みんなで将棋を楽しもう!

あしんしゃくせん ★不審者訓練★

もく
9日(木)

ごご4:00~4:30

らいかんしゃぜんいんさんか
来館者全員参加

じぶん み まも ぼうぼう し
♪自分の身を守る方法を知ろう!

※この時間は体育室が使えません

★よみえもん★

か
28日(火)

ごご4:00~4:30

らいかんしゃぜんいんさんか
来館者全員参加

ふゆ はなし たの
♪冬のお話を楽しもう!

※この時間は体育室が使えません

★ほろきたファーマーズ★

きん
10・24日(金)

ごご3:00~4:00

クラブメンバー

しぜん まも かつどう
♪自然を守る活動について考えよう!

こ うんどういんかい
子ども運営委員会

★わんぱくワーカーズ★

きん
17日(金)

ごご3:30~4:30

いいんかい
委員会メンバー

♪メンバーで話し合いをしよう!

★子育てサロン★

7・14・21・28日(火)

ごぜん10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪14日は交通安全の講話があります!

幌北地区福祉のまち推進センター運営委員会主催事業

★子育てひろば★

10日(金)

ごぜん10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪保健師さんが来てくれます!



幌北児童会館キャラクター
ほっぴい

2023年
11月

札幌市幌北児童会館より

ほろきたの輪

☎001-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20 ☎727-6225
☎299-1904
札幌市児童会館指定管理者：公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会
<http://www.syaa.jp/>



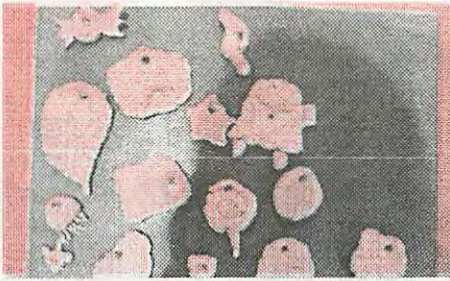
児童会館HP
QRコード

←市内の児童会館・ミニ
児童会館の情報一覧や
ブログなどを掲載中！



<秋の夕暮れ・・・真っ暗です/反射板のススメ>

雪が降るまでのこの季節。一番夕焼けと紅葉がきれいな季節ですが、日が落ちて暗くなるのも早くなっています。交通事故も増える時期でもありますので、遊びに来るときはご家庭でも【帰る時間】をぜひご確認ください。そこで毎回困るのが、会館や遊び場所（グラウンドなど）を出る時間なのか、到着する時間なのかということです。低学年は「出る時間」で約束するとわかりやすいかもしれませんが。高学年になると家に到着する時間を想定し、今いる遊び場所からどれぐらいで帰れるかを事前に話しておくといいかもしれません。「走れば間に合うから！」とよく子どもたちは話していますが、走って交通事故にあっては大変です。ギリギリまで遊びたい気持ちもわかりますが、安全のために何を選択して行動していくか、ぜひご家庭でも話してみてください。そして、意外と活躍するのが反射板です。暗くなってきた道では車から見やすいのがこれ・・・！かばんや上着、時には手首に付けるタイプなど工夫してみてください！



今年のハロウィンはエコな
木粉粘土を使い工作会をしました。
オリジナリティあふ
れる作品がたくさん！



将棋教室（9月）



畑のキュウリとパズルがたくさんとれました



※※ 詳細は札幌市幌北児童会館へお問い合わせください ※※

開館日 月曜日～土曜日 8:45～18:00
休館日 日曜日・祝祭日・年末年始（12/29～1/3）
対象 乳幼児～高校生（未就学児は要保護者）
電話 011-727-6225

【ふりーたいむ】火・水 18:00～19:00（中学生）、～21:00（高校生）
初めての人は生徒手帳など持って来てお。



幌北児童会館キャラクター
ほっぴい

2023年
10月

札幌市幌北児童会館だより

ほろきたの輪

☎001-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20 ☎727-6225
☎299-1904
札幌市児童会館指定管理者：公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会
<http://www.syaa.jp/>



児童会館HP
QRコード

←市内の児童会館・ミニ
児童会館の情報一覧や
ブログなどを掲載中！



<0歳から18歳までの子どもたちの居場所 児童会館>

児童会館は0歳から18歳の子どもたちであれば、【だれでも】利用できる場所です。家に帰っても留守で誰もいないよ、という留守家庭となる子どもたちが登録し来館する「放課後児童クラブ」の機能があるため【登録しているひとしか行けない】と誤解されやすいのですが、基本は自分の意思で行くことができる場所です。乳幼児の皆さんは保護者の方と、小学生は一度家に帰ってから遊びに来てくださいね。よく「中学生や高校生も来るんですね！」と驚かれます。スポーツや勉強、本（マンガがある！）を読みに来るなど、一人でフラッと来たり、友達と来たりと過ごし方は自由です。中・高校生と話をすると「昔こんなことやった、楽しかった」という思い出話もしてくれます。そんな思い出や記憶があるからか、小学生ともおしゃべりを楽しんだり遊んだりしてくれます。

そんな「ながーいお付き合い」の児童会館では、その時々子どもたちの声を聴きながらいろいろなことを作っていきたいなと思っています。まだ来たことのない子どもたちも、興味のある大人の保護者の方・地域の皆様、どうぞ足を運んで見ていただければと思います。こんな場所が地域にあることを知っていただく中で、子どもたちに何ができるのか、何が必要かを一緒に考えていただけると幸いです。

<児童会館の様子>

子ども運営委員会『わんぱくワーカーズ』の子どもたちが、下水道科学館フェスタ2023に参加しました。遊びのコーナーを担当し、たくさんのお客さんに楽しんでもらいました。暑かったけど、充実した一日になりました！
(他の児童会館のお友だちとも一緒に頑張りました！)



<小学校が振替休日の時・・・>

朝8：45～開館しています。
お弁当をもって遊びに来ることができますよ。
おうちの人と帰る時間など約束をしてきてね。(もちろん、お迎えに来てもらってもいいよ)

10：30～勉強タイムがあるので、勉強道具も忘れずに。
※詳細は児童会館までお気軽にお問い合わせください。

<秋の寒さに、上着を一枚・・・>

グッと寒くなりました。子どもたちが帰る時には上着が1枚欲しい気温に。ぜひ「上着」「手袋」「帽子」に【名前】を書いてください。久しぶりの上着に、自分のものかどうか分からなくなってしまう子どももちらほら。靴も冬靴になるとわからなくなるので、お手数ですが今一度持ち物に【名前】を書いてください。よろしくお願いいたします。

※※ 詳細は札幌市幌北児童会館へお問い合わせください ※※

開館日 月曜日～土曜日 8：45～18：00
休館日 日曜日・祝祭日・年末年始(12/29～1/3)
対象 乳幼児～高校生(未就学児は要保護者)
電話 011-727-6225

【ふりーたいむ】火・水 18：00～19：00(中学生) ～21：00(高校生)
初めての人は生徒手帳など持って来てね。

さっぽろしほろきたじどうかいかん
札幌市幌北児童会館

2023. 10月



{住所}〒001-0017 札幌市北区北17条西6丁目1-20

<http://www.syaa.jp/>

{TEL}011-727-6225 {FAX}011-299-1904

{札幌市児童会館指定管理者}公益財団法人 さっぽろ青少年女性活動協会

★ハロウィン^{こうなかくかい}工作会★

かわいくてすてきなかべかけ飾りをつくるよ

17日(火) 12:00~13:30

20日(金) 13:00~14:30

2日間かけてつくるのでどちらの日も参加してね

定員 小1~小6 30名

参加費 300円

うけつけ・・・2日(月)12:00~

定員になりしだいしめきりです

参加費は17日に持ってきてね

※この時間は体育室が使えません

★避難訓練^{ひなんくんれん}★

12日(木)

14:00~14:30

来館者全員参加

火事がおきたときの避難訓練をします!

※この時間は体育室が使えません

★よみえもん★

31日(火)

14:00~14:30

来館者全員参加

すてきなお話をしよう!

※この時間は体育室が使えません

★わんぱくワーカーズ^{こども運営委員会}★

6・27日(金)

13:30~14:30

委員会メンバー

♪メンバー同士で話し合いをしよう!

★ほろきたファーマーズ★

13日(金) 13:00~14:00

30日(月) 19:30
~13:00

クラブメンバー

♪30日は環境プラザに行くよ!

幌北地区福祉のまち推進センター運営委員会主催事業

★子育てひろば★

13日(金)

10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪地域の方とお話しましょう!

★子育てサロン★

3・10・17・24・31日(火)

10:30~12:00

乳幼児と保護者 自由参加

♪体操や手あそびの時間もあります!

※状況により事業が延期・中止になることもあります。ご了承ください。

令和五年 北区秋の防火だより

札幌北区防火委員会

10年経ったら交換しましょう



特集! 住宅用火災警報器

住宅用火災警報器 点検・確認・交換を!

1. 点検する

警報器のボタンを押す、またはひもを引いて音を確認する



「ボタンを押す」



「ひもを引く」

・正常な場合

「ピーピーピー」、「ピーピーピー火事です」、「正常です」など

・電池切れの場合 ・故障の場合

「ピッ…ピッ…」 「ピッピッピッ…ピッピッピッ…」

※警報音はメーカーや製品により異なります。

2. 確認する

警報器の設置年月や製造年月を確認する
設置年月記入場所 製造年月記載場所



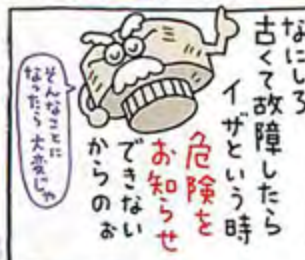
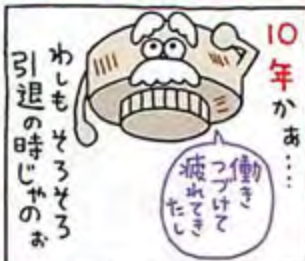
2006年1月設置



製造年月 2007.10

3. 交換する

故障してなくても、
10年を目安に交換を!
電池切れ、センサー等の劣化で、イザというときに火災を感知しないかも…



取り替えるなら連動型が超オススメ…なぜ?

どこにいても火災の発生をすぐ知ることができるんだね!

火事です!! 火事です!!

他の場所で火事です!!

他の場所で火事です!!

「連動型」は、火災を感知すると全ての感知器に伝達し、音が鳴るため、火災発生場所にいなくても火災の発生を知ることができます。

詳しくはホームページで!

住宅用火災警報器 札幌市 検索

札幌市
消防局



一般社団法人日本火災報知機工業会
「10年経ったら、とりカエル」よりコマ抜粋
URL : <https://www.torikaeru.info/>

もうすぐ
秋の火災予防運動

令和5年10月15日～令和5年10月31日

— 雪が降る前に冬の準備を! —

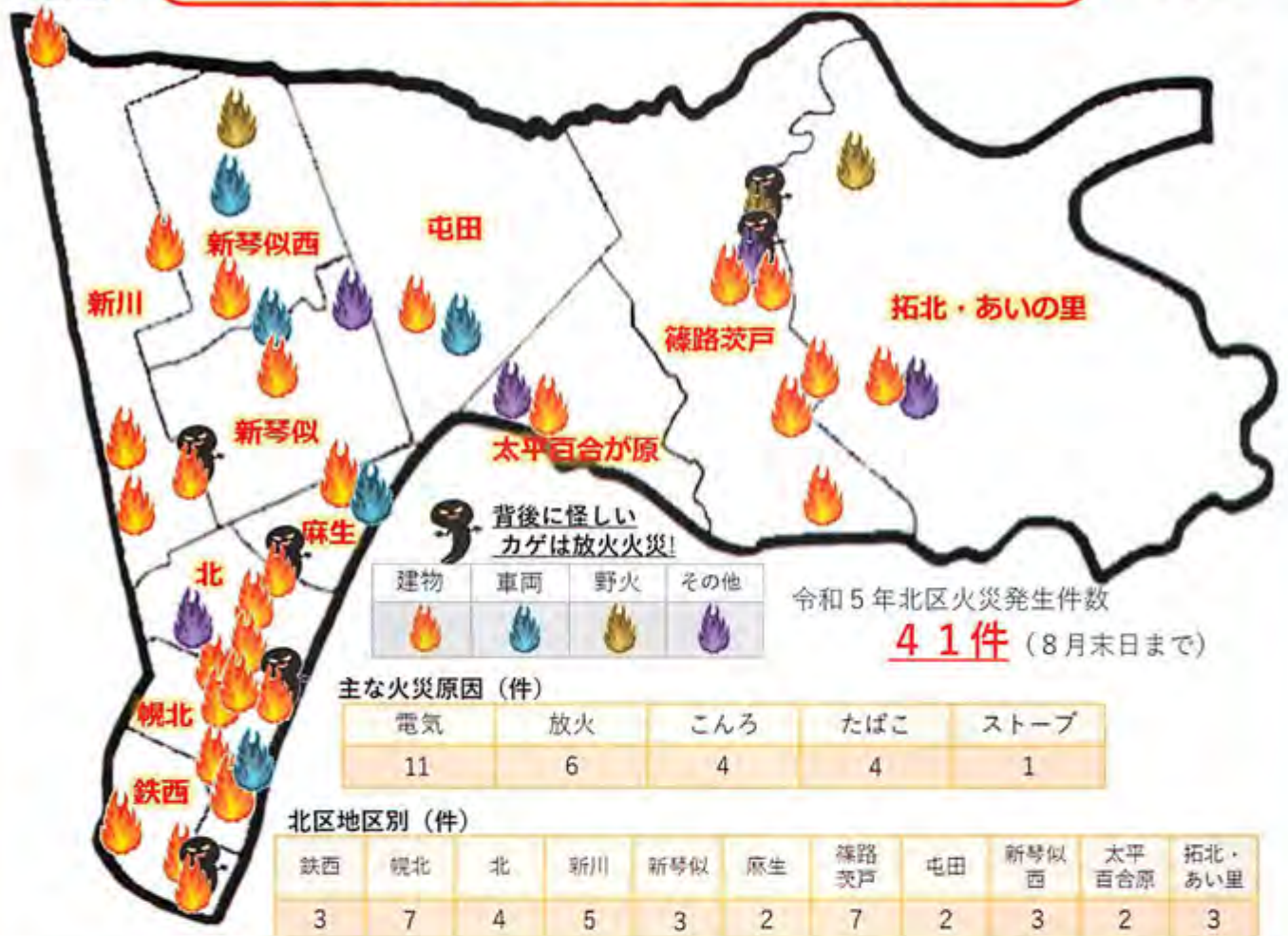
暖房器具による火災が発生しやすい時季を迎えます。

点検整備を行い、取り扱いには十分注意しましょう。



北区火災発生マップ

令和5年1月1日から8月末日まで



北区で出火原因のトップとなっている電気火災は、近年、全国的に増加傾向にあります。電気製品やコード、コンセント、差込みプラグなどは普段からの点検が大切です。モバイルバッテリーなどリチウムイオン電池を使った製品は、メーカー指定の充電器やバッテリーを使用し、膨張、異音、異臭など異常を感じたら使用をやめ、廃棄の際は事業団体が回収するリサイクルへ出しましょう。

札幌市民共済生活協同組合 暮らしの火の用心協力隊

私ども札幌市民火災共済は安全・安心な暮らしを守る地域に密着した火災共済事業を行っています。近年増加傾向にある自然災害を補完する*火災共済補完火災保険、ケガや病気による通院・入院・手術を補償する*医療保険。などを取扱っています。

ご加入できるエリア
札幌市・石狩管内(江別市・千歳市・恵庭市・北広島市・石狩市・当別町・新篠津村)及び小樽市にお住まいか、区域内の住居を賃貸にしている方が対象となります。

各種「賠償保険」もお取扱いしています。

- 個人賠償責任保険
- 借家人賠償責任保険
- 類焼損害費用保険

加入料 建物坪数30坪(約100m)木造住宅の場合
保障額 **1,800万円** **年間掛金** **14,400円**
 耐火住宅は掛金半額、併用住宅はお問合せください。

火災、破裂・爆発、航空機の墜落、自動車の飛び込み、落雷、水濡れ

札幌市南区澄川3条3丁目4-5(ジンビル澄川II 2階)
 お問合せ時間は 平日午前9:30～午後4:30まで 資料の請求はホームページからできます。公式WEBサイト検索履歴は30日間保存。
TEL 011-827-7783
 北海道知事認可37社第2672号指令 札幌市民共済

自動消火装置助成事業 マジゴ

●「自動消火装置設置費の補助」事業を活用しませんか?
対象者 市内に在住の65歳以上のみで構成されている世帯
助成額 1台あたり購入・設置に要した費用の **最大28,700円を助成**します

●自動消火装置とは
 火災の熱を感知して自動で消火薬剤を噴射する装置です。

こんろの上など [レンジフード設置型]

こんろ・ストーブの近くなど [壁面設置型]

ストーブの上など [天井設置型]

発行 札幌北区防火委員会
 事務局 札幌市北消防署内 北区北24条西8丁目
 TEL 011-737-2100 FAX 011-271-0636
 (担当 橋本・下橋)

10月11日(水)
~20日(金)

全国地域安全運動

スローガン

みんなで築こう、安全で安心な大地

《全国统一運動重点》

- 1 子供と女性の犯罪被害防止
- 2 特殊詐欺の被害防止



犯罪が起こりにくい
安全で安心して暮らす
ことのできる地域社会
を実現しましょう！

北海道警察

10月11日は「安心安全なまちづくりの日」です！

この機会に今一度、防犯に対する意識と理解を深めていただくとともに、地域全体で犯罪が起こりにくい環境づくりを進め、誰もが安全で安心して暮らすことのできる地域社会を実現しましょう！

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

北海道警察からのお知らせ
大切な自転車には

ツーロックと
防犯登録を
忘れずにしましょう！

- わずかな時間の駐輪でもV=ロック!
- 自宅や駐輪場でも油断せずSV=ロック!
- 防犯登録は忘れずに!

自転車の防犯登録とツーロック

自転車の盗難被害が例年と比べ、倍増しています。駐輪場や路上に、鍵をかけずに自転車を駐めていませんか？大切な自転車を盗まれないためにも自転車の鍵を2つ付けましょう。備え付けの鍵のほか、丈夫なし字型錠などを付けることで、飛躍的に盗まれにくくなります。

また防犯登録をすると、万が一、自転車が盗まれた場合でも持ち主が分かり、返還される可能性が高まります。僅かな駐輪でも忘れずに自転車の鍵をかけ、防犯登録もして、盗難被害を防ぎましょう！

夜光反射材の活用を！

これからの季節の交通安全のために



是非ご覧ください！

【解説動画QRコード】

秋は日没が早く、夏に比べ暗くなる時間が早まります。そのため、車の運転手から歩行者や自転車が見えにくくなります。暗い時間帯でも、運転手が歩行者や自転車の動きに気が付き、事故を未然に防ぐ効果があります。



詐欺の電話に注意！！

- ◀ 「オレだけど急にお金が必要になった」、「返済金があるからATMに行って」、「名義貸しは違法、逮捕される」などの電話は詐欺です！電話を切りましょう。
- ◀ 犯人と直接電話で話さず、留守番電話機能や、迷惑電話防止機能を有する機器を活用しましょう！
- ◀ 少しでもおかしいと感じたら、警察相談電話まで、ご連絡ください！



詐欺電話がきたら#9110

特殊詐欺チェックリスト



1つでもチェックがついたらサギの可能性アリ！
すぐに家族や警察に相談をしてください！

手段	相手	相手に言われた内容
電話が掛かってきた	息子や孫など	<input type="checkbox"/> 風邪(又はポリープ)で、のどの調子が悪い。
		<input type="checkbox"/> 会社のお金や書類が入ったカバンをなくした。
		<input type="checkbox"/> 携帯番号が変わった。(携帯をなくした。携帯が壊れた。)
		<input type="checkbox"/> 会社のお金を使って、株に失敗した。
		<input type="checkbox"/> 弁護士(又は上司の息子)が、お金を受け取りに行く。
	警察・弁護士・会社 役所など	<input type="checkbox"/> 【警察】あなた名義の口座が悪用されてる。
		<input type="checkbox"/> 【警察又は金融機関】自宅にキャッシュカードを取りに行く。
		<input type="checkbox"/> 【弁護士又は会社】レターパック(ゆうパック、宅配便)で現金を送って。
		<input type="checkbox"/> 【弁護士又は会社】電子マネーを購入して。(代行決済で支払って。)
		<input type="checkbox"/> 【会社から】名義を貸して。(【弁護士】名義貸しは違法だ。)
		<input type="checkbox"/> 【役所】医療費や保険金を還付する。携帯を持ってATMへ行って。

手段	ハガキやメール、パンフレットに書かれている内容
ハガキ、メール パンフレット などが届いた	<input type="checkbox"/> 【ハガキ】「消費料金」「訴訟最終告知」などと記載。
	<input type="checkbox"/> 【メール】「有料サイト利用料金未納」などと記載。
	<input type="checkbox"/> 【パンフ】「老人介護施設の入居権が当たった」などと記載。
	<input type="checkbox"/> 【メール・パンフ】「〇〇万円が当選した」などと記載。
	<input type="checkbox"/> 【メール・パンフ】「パチンコ必勝法」「競馬大穴情報」などと記載。

北警察署ホームページ <http://www.kita-syo.police.pref.hokkaido.lg.jp>

北海道警察ホームページ <http://www.police.pref.hokkaido.lg.jp>

北区民センターニュース

2023年
10月号

令和5年10月20日発行

〒001-0025 北区北25条西6丁目1-1
電話 011-757-3511 FAX 011-717-1139
ホームページ: <https://www.kitakuce.jp>



秋の気配を色濃く感じられる頃、いかががお過ごしでしょうか。

第20回 北区のアーティスト展

～美術界の一線で活躍する北区在住作家による絵画展～

- 日程:11月13日(月)～19日(日)
- 時間:9時～17時
※初日13日のみ12時～17時
- 会場:札幌サンプラザ
1階 ふれあい広場
- 参加料:無料

「北区のアーティスト展」のポスターが完成しました！
北区のまちづくりセンター等に配架しています。
素晴らしい作品展に是非、お越しください。



まなびの秘密基地 with北海道大学"縁"

「この問題分からないな・・・」
「宿題を一緒に解いてほしいな」
北海道大学"縁"のお兄さんやお姉さんが、
小学生のお子様を対象に
学習サポートをしてくれます！
お兄さん、お姉さんと一緒に、
勉強してみませんか？

- 日程:第1月曜日(月1回)
※初日は11月6日(月)
- 時間:14:00～16:00
- 場所:1階 会議室
- 対象:小学生



冬のコンサート

日程: 12月16日(土)
開場: 13:30
時間: 14:00～16:00
会場: 北区民センター 3階 ホール
入場料: 無 料(整理券必要)
整理券: 先 着150枚(無くなり次第終了)
11月11日(土)午前9時より
北区民センター1階窓口で配布します！

☆☆☆出演団体☆☆☆
・BIGBAND北極(ジャズバンド)
・フレキシブルアンサンブル「フレブル」
・hiromi (ボーカル)

みんなの
茶の間講座
です！



「数度にわたる
シベリアでのシカ猟経験から」

- 講師: 国立アイヌ民族博物館
館長 佐々木 史郎氏
- 日程:11月16日(木)
- 時間:14時～15時30分
- 場所:3階 実習室
- 参加料:無料
- 定員:20名(先着順)
- 受付期間:10月11日(水)～11月16日(木)

【お申込先】 北区民センター窓口または
電話/FAX (9時～21時) でお申し込みください。
TEL (011)757-3511 FAX (011)717-1139

2023.10.20発行

電話：757-5399

FAX：757-9299

図書室だより

引き続き「みんなのおすすめ本」募集中!

みんなに読んでほしい本を紹介してみませんか。

応募期間 ~11月3日(金)まで

掲示期間 10月21日(土)~11月23日(木)

応募用紙は3階図書室、1階にもございます。

司書体験講座にご協力ください

11月26日(日)の10時~12時、14時~16時は
大学生の司書体験があります。カウンターでも
就業体験する予定ですので、ご協力・ご理解の
程、よろしくお願いいたします。

知っていますか?

貸出期間の延長ができます

予約が入っていない本は、**1度だけ**貸出
期間を延長することが可能です。

①延長したい本を直接カウンターにお持ち
いただくか、②インターネットサービスを
お使いであれば、貸出一覧の延長ボタンを
押す、2つの方法がございます。

お電話からは受付しておりません。

ご注意ください。



新刊情報

一般

『逃げたっていいじゃない』

香山 リカ/著 159/カ

『社交ダンス入門 1人で始められる、楽しめる!』

山本 英美/監修 799/シ

『無限の月』

須藤 古都離/著 913/ス

児童

『図書館がくれた宝物』

ケイト・アルバス/作 J93/ア

『ねぞうプロレス』

ひらぎ みつえ/作・絵 J/ネ



特集「スポーツの秋を楽しもう」



パリ五輪に向け、今、スポーツが熱い!

これからはウィンタースポーツも楽しい季節。

お気に入りのスポーツを本でも楽しんでください。

オススメの児童本

「世界のおかしばなし」

世界中のむかしばなしの本をあつめました。

どこの国のおはなしか、わかるかな?

11月の予定

11月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

- ♡ 4日(土) 11:00~11:30 おはなしの会
- 9日(木) 10:30~11:30 三ツ星絵本を楽しむ時間
- ☁ 26日(日) 10:00~12:00、14:00~16:00

学生のための司書体験講座

※ 第4金曜日は休室日です

北区民センター図書室HP
<https://www.kitakuce.jp/tosyo>



スマホでビッ!

ここで決める！ 正社員就職！



ひとりひとりの働くチカラで私達の故郷
「北海道」を盛り上げましょう！

11月 研修生募集

各
コ
ー
ス
定
員

若年求職者支援コース

15名

対象者 概ね34歳以下の若年求職者

就職氷河期世代支援コース

15名

対象者 概ね35歳以上55歳未満の就職氷河期世代

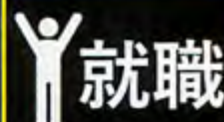
研修
の
流れ

1. 座学研修 (15日間)

令和5年11月1日(水)～11月22日(水)
土・日・祝日は休講です

2. 職場研修 (最大2カ月間)

紹介予定派遣の仕組みを使います
1時間当たり約966円を支給
※派遣先に応じて時給が変動します



まずは募集説明会にご参加ください 予約はコチラから



<https://www.career-bank.co.jp/chipro-y/>

キャリアバンク 地プロ 検索



北海道主催 地域活性化雇用創造プロジェクト 多様な人材の安定就業促進事業 (座学と就業体験の一体的実施)
札幌市 後援 実施・運営 キャリアバンク株式会社 パブリックサービス事業部

募集説明会

Webでも説明会
実施中！

日程①

毎週 **火・木** 曜日 13:30~

会場①

キャリアバンク株式会社

札幌市中央区北5条西5丁目7番地 sapporo55 5F

webお申込みは011-251-0134



日程②

10月23日 月曜日 ①13:00~ ②14:30~

会場②

ハローワーク札幌東

札幌市豊平区月寒東1条3丁目2-10

日程③

10月25日 水曜日 ①10:00~ ②11:00~

会場③

ハローワーク札幌北

札幌市東区北16条東4丁目3-1

お申込み

電話、Eメール、Webよりお申込みください

TEL: 011-251-0134

E-mail : koyousouzou@career-bank.co.jp

説明会終了後、事業への参加をご希望の方に適職診断テストと、就職支援のプロによるキャリアカウンセリングを行います。

STEP

1 座学研修

- 就職活動の進め方
- 社会人基礎力
- メンタルヘルス研修
- 応募書類の作成
- 面接対策
- ビジネスマナー
- 企業説明会
- 自己分析

大人気!!

STEP

2 職場研修

職場研修で必要なスキルを獲得

本事業対象業種での職場研修で職業選択の視野を広げよう！希望する企業とのマッチングが成立すると、職場研修が始まります。

研修期間	稼働日数30日間	紹介予定派遣の仕組みを使い、実際に就労し基礎知識と専門知識を学びます
勤務先	研修先各企業	
給与	966円/時間~ 通勤費支給 ※派遣先に応じて時給が変動します	
時間	原則1日8時間以内 ※派遣先企業の就業時間に基づきます	
待遇	社会保険加入	

STEP

3 正社員を目指す！

対象業種に就職！

製造業、卸売業・小売業、サービス業、農業・林業、運輸・郵便業、建設業

★職種は制限なし★

あなたに合った就職活動を応援します！

祝
就職

キャリアバンク株式会社

パブリックサービス事業部

札幌市中央区北5条西5丁目7番地 sapporo55 5F

TEL / 011-251-0134

E-mail : koyousouzou@career-bank.co.jp



第20回 北区の文化を育てよう

北区のアーティスト展

美術界の一線で活躍する北区在住作家による絵画展



ARTIST IN KITAKU 2023 ●入場無料●

11月13日(月)~19日(日) 9:00am~5:00pm
初日は12:00~

札幌サンプラザ ふれあい広場

札幌市北区北24条西5丁目TEL011-758-3111

阿部 正子	木村 照子	土井 善範	松浦 章博
安栄 容子	木村 富秋	中澤 里美	三輪 幸子
市橋 節こ	木村由紀子	中舘 侑子	村谷 利一
大石 慶子	斎藤 洋子	中橋 修	渡辺美智子
河合キヨ子	佐藤 武	西江 恭子	
川西 勝	鈴木 隆文	西村 一夫	
北野 清子	谷 博	松木眞智子	

◎今回は20回目の記念として11月13日12時より [オープニングセレモニー] を開催いたします◎
期間中 先着1,000名様に記念品を用意しています

主催「北区のアーティスト展」実行委員会

札幌市北区民センター(指定管理者：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団)

後援 札幌市北区・札幌市教育委員会・札幌サンプラザ

札幌市にお住まいの方の相談に、札幌市生活就労支援センター ステップがお応えします

相談
無料

その困いごと まず相談してみませんか

札幌市にお住まいの方の相談に、札幌市生活就労支援センター ステップがお応えします



- 就職活動に自信がありません…
 - キャリアに関する悩み
 - メンタル不調・病気の悩み
 - 家族に関する悩み
 - 生活上の悩み
 - 借りたお金、滞納…
 - 60、70代のお仕事探し
- 相談先はありますか？
- 高齢の私でも仕事はありますか？



※その他、どこに相談したらよいのかわからず困っている等

1人で悩むより、ステップに相談を！

ステップが各区で出張相談会を開催！詳しくは裏面で！



対象者

札幌市にお住まいの方で、生活相談や就労相談を希望される方
※生活保護受給中の方は対象になりません

お問い合わせ
ご予約

☎ 011-221-1766

秘密
厳守

<https://step-sapporo.jp/>

札幌市生活就労支援センター ステップ

検索



Web予約は
こちらから

※離職などで家費の支払いにお困りの方は、一定期間、家賃相当額（上限あり）を支給する「住居確保給付金」の相談も受付中

札幌市生活就労支援センター

ステップ

STEP FORWARD ~ 一步一步前へ進もう

〒060-0042
札幌市中央区大通西6丁目10番地
大通公園ビル7階
相談受付は、午前9:00～午後5:00
土・日・祝日・年末年始を除く平日のみ
キャリアバンク株式会社(札幌市委託事業)



令和5年度 11月 出張相談会

開催日程

※ご相談については予約の方が優先になります。

中央区

11月9日(木)	ハローワーク札幌 中央区南10条西14丁目	10:00 12:00
----------	--------------------------	----------------

豊平区

11月10日(金) 24日(金)	ハローワーク札幌東 豊平区月寒東1条3丁目	10:00 12:00
---------------------	--------------------------	----------------

豊平区

11月17日(金)	豊平区役所(1F会議室G) 豊平区平岸6条10丁目	10:00 15:00
-----------	------------------------------	----------------

東区

11月10日(金)	あいワーク東(東区役所1F) 東区北11条東7丁目	10:00 15:00
-----------	------------------------------	----------------

東区

11月14日(火) 28日(火)	ハローワーク札幌北 東区北16条東4丁目	10:00 12:00
---------------------	-------------------------	----------------

北区

11月16日(木)	北区役所(1F第4会議室) 北区北24条西6丁目	10:00 15:00
-----------	-----------------------------	----------------

北区

11月21日(火)	篠路コミュニティーセンター 北区篠路3条西8丁目(集会室2)	10:00 15:00
-----------	-----------------------------------	----------------

北区

11月27日(月)	プラザ新琴似(2F和室 松) 北区新琴似7条4丁目	10:00 15:00
-----------	------------------------------	----------------

南区

11月14日(火)	南区役所(2F会議室) 南区真駒内幸町2丁目	10:00 15:00
-----------	---------------------------	----------------

※上記日程以外を希望または、すぐに相談したい方は
平日9:00~17:00 ステップで相談ができます。

こんにちは！ネオロス幌北です

今回ネオロスでは地域の方々によりスマホを身近なものに感じてもらうためのイベントを開催いたします

このイベントが学生と地域の方々だけのつながりではなく地域の方々同士の新しい交流やつながりの場となればと考え企画しました

第3回
スマホを学ぼう！！
学生と地域の茶話会



主催：幌北連合町内会 ネオロス幌北支援事業

日時：11月25日（土）
14：00～16：00

場所：幌北会館 2階会議室A,B
（北区北17条西5丁目1-7）

申込：幌北まちづくりセンターに
申込用紙を提出
（FAX：011-726-2765）
11月20日締切

「道に割いている花の名前が知りたい」
「Cookpadが使いたい」
「迷惑メールを防止したい」

など、スマホや
PC、タブレットを
使う際の素朴な疑問を学生たちが解消します！



参加申込用紙

以下のアンケートにご協力をお願いします

名前	
電話番号	
メールアドレス (任意)	

スマートフォンの種類を選択してください	iPhone / Android / その他
---------------------	------------------------

1. 電話:通話を行うためのアプリ
2. メッセージング:SMSやMMSを送受信するアプリ
3. メール:電子メールを送受信するアプリ
4. ブラウザ:ウェブページを閲覧するアプリ
5. カレンダー:予定やイベントを管理するアプリ
6. カメラ:写真やビデオを撮影するアプリ
7. ギャラリー:撮影した写真やビデオを管理するアプリ
8. ミュージック:音楽を再生するアプリ
9. ビデオ:動画を再生するアプリ
10. マップ:地図を表示し、ナビゲーションを提供するアプリ
11. メモ:メモを作成し、保存するアプリ

上記のアプリですでに使っているものを選択してください (複数回答可)	1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、
上記のアプリで関心のあるものを選択してください (複数回答可)	1、2、3、4、5、6、7、8、9、10、11、

右のアプリですでに使っているものを選択してください (複数回答可)	LINE / Facebook / Zoom / messenger
右のアプリで関心があるものを選択してください (複数回答可)	LINE / Facebook / Zoom / messenger

QRコードは活用していますか	はい / いいえ
札幌市の防災アプリ (そなえ) は利用していますか	はい / いいえ

当日、自身のメールアドレスやID、パスワードなどをご持参ください

【その他ご要望やスマートフォンに関して興味がある事柄に関して何かありましたら記入をお願いします】

--