

主な施設の所在地・電話番号

厚別区役所 (厚別中央1条5丁目) ☎895-2400(代)

- 厚別保健センター ☎895-1881
(厚別中央1条5丁目)
- 厚別区土木センター
管理課 ☎897-1800
維持建設課 ☎897-3800
(厚別町下野幌45-39)
- 白石清掃事務所 ☎862-0053
(白石区本通20丁目北1-66)
- 厚別区体育館 ☎892-0362
(厚別中央2条5丁目)

- 厚別図書館 ☎894-1590
(厚別中央1条5丁目)
- 厚別区民センター ☎894-1581
(厚別中央1条5丁目)
- 厚別西地区センター ☎896-2000
(厚別西4条4丁目)
- 厚別南地区センター ☎896-3000
(厚別南7丁目)

☎電話番号をよくご確認のうえ、おかけください

厚別区からの

お知らせ

2月11日～3月10日

厚別保健センターから

ヤングオールド健康づくり
講演会♪参加者募集

日時 2月21日 午後1時
20分～3時

会場 厚別区民センター。

講演会のテーマ 笑いと健康。

講師 吉本興業 桂枝光師

匠 アトラクション 「厚別本

陣はまなす太鼓」による演奏

参加料 無料。当日直接会場へ。

ヤングレディのヘルシー

クッキング教室♪参加者募集



日ごろの食生活を振り返り、健康について考えてみませんか。

日時 2月22日 午前9時
30分～午後1時

場所 区民センター2階会議室A・調理実習室。

対象 20～30代の女性
内容 栄養のお話と料理研究家による調理実習指導・試食。

定員 10人。
参加料 無料。

申込方法 2月12日～18日の午前9時～午後5時に電話または直接、厚別保健センターへ(先着順)。

両親学級♪参加者募集

初めて親となる皆さん、もうすぐ生まれてくる赤ちゃんのために、準備をしませんか。

日時 3月8日 午後6時
30分～8時30分

会場 厚別保健センター講堂

内容 映画、沐浴実習、妊娠疑似体験。

対象 初めて親となる夫婦(出産予定日が5月から8月までの方)。

定員 40組。
参加料 無料。

申込方法 2月18日～3月1日に、電話で厚別保健センターへ(先着順)。

胃がん・大腸がん検診

札幌市では生活習慣病予防の一環として、胃がん・大腸がん検診を行っています。健康で

健康で明るい生活を送るために、進んで検診を受けましょう。

実施日 3月12日。
受付時間 午前9時～10時
会場 厚別保健センター。

対象 40歳以上の方。
費用 胃がん・大腸がん検診のみ 500円、大腸がん検診のみ 600円。

申込方法 3月1日までに、直接または電話で厚別保健センターへ予約

詳細 総務企画課広聴係 ☎(895)2400内線224～226

その他 減免制度については、厚別保健センターへお問い合わせください。

相談コーナーのご利用を

区役所1階相談コーナーでは、左表のとおり専門の相談員による無料相談を行っています。法律相談と高齢者職業相談を除き、電話相談もできます。

内容	曜日	時間	相談員
法律	第2・4火(予約制)	午後(指定時間)	弁護士
心配ごと	毎週月	午後1時～4時	民生委員・児童委員
行政	毎週火		行政相談委員(行政評価局)
税	第1金	午前10時～午後4時	税理士
消費生活	毎週木		消費生活相談員
家庭生活	毎週水・木	午前9時30分～午後4時	家庭生活カウンセラー
交通事故	毎週水		交通事故相談員
高齢者職業	毎週月～金	高齢者職業相談員(札幌東公共職業安定所)	
▷ 申込方法	①法律相談=相談日当日、午前9時から電話(予約専用 ☎895-2407)で予約受け付け、先着8人。1人20分。 ②その他の相談=実施日に直接相談コーナーへ。		
▷ その他	正午～午後1時は、昼休みです。		