

在宅介護支援センターから

高齢者にかかわる相談
 高齢者の介護や保健福祉サービスの利用などの相談を24時間受け付けています。相談に関する費用は無料です。お気軽にご相談ください。

福祉用具の展示と相談
 ベッドや車いすなどの福祉用具を展示し、利用方法や使い方などの相談にも応じます。すこやかクラブの開催
 高齢者が家に閉じこもることを防止し、心や体の機能が低下しないように、地区会館・銭湯・施設などにおいてレ

クリエーション・健康チェック・体操・転倒予防の講習などを行っています。

保健福祉サービスの利用申請手続き代行
 札幌市が行っている高齢者保健福祉サービスを利用するための手続きをお手伝いしています。

介護者教室の開催
 介護の方法や福祉用具の使い方などに関する知識や技術の習得、痴ほうに関する知識や接し方などの講習を行います。

詳細はお住まいの区域の在宅介護支援センターにお問い合わせください。

手稲区在宅介護支援センター全般に関することは

手稲区基幹型在宅介護支援センター
 〒006 - 8612 前田 1 条11 丁目
 手稲区民センター 1 階手稲区社会福祉協議会内
 ☎695 - 6113 fax684 - 8560

在宅介護支援センターあけぼの 〒006 - 0835 曙 5 条 2 丁目 2 - 21 札幌市稲寿園内 ☎684 - 6110 fax682 - 1751 【担当区域】: 前田 7 条 ~ 10 条17 ~ 20 丁目、曙 (曙 2 条 5 丁目を除く) 手稲山口48・83 ~ 91 番地
在宅介護支援センター新発寒・前田 〒006 - 0805 新発寒 5 条 6 丁目 2 - 1 札幌秀友会病院隣 ☎685 - 6001 fax685 - 3380 【担当区域】: 新発寒、前田 (軽川以東)
在宅介護支援センターほしおき 〒006 - 0851 星置 1 条 4 丁目 2 - 10 ライフほしおき内 ☎694 - 1441 fax694 - 8885 【担当区域】: 星置、星置南、手稲山口 (48・83 ~ 91 番地を除く) 曙 2 条 5 丁目
在宅介護支援センターまえた 〒006 - 8555 前田 1 条12 丁目 2 - 8 手稲溪仁会病院前 ☎685 - 3141 fax685 - 3228 【担当区域】: 前田 (上記以外の条丁目および全番地)
在宅介護支援センター稲穂・金山 〒006 - 0035 稲穂 5 条 2 丁目 6 - 1 手稲あんじゅ内 ☎685 - 8201 fax685 - 8300 【担当区域】: 稲穂、金山
在宅介護支援センター富丘・西宮の沢 〒006 - 0004 西宮の沢 4 条 3 丁目302 - 9 愛輪園内 ☎683 - 5561 fax683 - 5173 【担当区域】: 富丘、西宮の沢
在宅介護支援センター手稲中央 〒006 - 0022 手稲本町 2 条 2 丁目 1 - 1 村田ビル 1 階 ☎682 - 1294 fax684 - 8066 【担当区域】: 手稲本町

手稲区体育館から

ゴルフ講習会受講生募集 曙 2 条 1 丁目 ☎684 - 0088

種目	曜日	実施期間	実施時間	定員	受講料 (65歳以上)
基礎コース	土	8月31日 ~ 10月26日 (全8回)	午前9時 ~ 10時30分	各26人	7,200円 (4,300円)
形成コース			午前11時40分 ~ 午後0時10分		

必要なもの 7番アイアン、ゴルフ手袋、運動靴(上靴)。
 申込 8月11日(日) ~ 16日(金)の午前10時から午後8時まで。
 電話も可。多数時抽選(公開抽選)。
 抽選 8月18日(日)午後1時から、同体育館1階会議室で行います(抽選結果についてのお問い合わせは午後2時以降)。
 スポンジ製のボールを使用します。
 受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、65歳以上130円)が必要です。
 65歳以上の方は年齢を証明できるものをお持ちください。

第13回ファミリージョギング大会

対象	区内にお住まいで健康に自信のある方。 (中学生以下は保護者の承諾が必要です)
日時	9月1日(日)午前9時30分から正午まで。 雨天の場合は、当日の午前8時に実施するかどうかを決定します。
会場	前田森林公園芝生広場(手稲前田591番地)
種目	ファミリーコース(1km) ヘルシーコース(3km) チャレンジコース(5km) コースは体力に合わせてお選びください。ただし、中学生以下はヘルシーコース(3km)までです。
参加料	無料
申込	・8月12日(月) ~ 30日(金)の午前9時から午後5時までに、電話でお申し込みください(土、日を除く)。 ・当日の参加申し込みを午前9時30分から10時まで会場にて受け付けます。
その他	タイムや順位は記録しません。なお、完走した方には完走証とジュースを差し上げます。

詳細 地域振興課地域活動係 ☎681 - 2400内線255