

在宅相談員にご相談を

障がいのある方やご家族からのさまざまな相談に応じています。お気軽にご相談ください。

■身体障害者相談員

区分	氏名	住所	電話番号
視覚障がい	北側 秀俊	藤野5条4丁目2-12	591-4286
	羽田 信武	藤野3条6丁目9-7	592-3696
聴覚障がい	高橋 幸子	南36条西10丁目1-25-703	FAX 582-1821
音声障がい	吉野 恵子	南34条西9丁目3-17	583-2062
	茂手 一	澄川2条3丁目6-24	814-0038
	横井 勲	南沢5条3丁目9-6	573-4151
肢体不自由	佐藤 光一	藤野1条9丁目5-22	592-1122
内部障がい	松野 正勝	常盤1条2丁目14-15	591-6946

■知的障害者相談員

区分	氏名	住所	電話番号
知的障がい	野宮 幸	藤野1条7丁目20-7	591-3923
	五井 麗子	澄川2条2丁目1-48-217	831-7878

詳細 保健福祉サービス課保健福祉一係 ☎582-2400  
内線338・379

5月31日は“世界禁煙デー”

5月31日(月)～6月6日(日)は“禁煙週間”です。喫煙は吸っている本人だけではなく、周囲の人の健康にも影響を及ぼします。しかも、有害物質はたばこの煙により多く含まれています。たばこが健康に及ぼす影響を理解し、禁煙・節煙を始めませんか？

6月4日(金)～10日(木)は“歯の衛生週間”

日ごろ忘れがちな、口の中の健康増進を考えてみましょう

たばこと歯の衛生に関するパネル展

期間：5月31日(月)～6月11日(金)  
場所：南区民センター

詳細 地域保健課健康推進係 ☎581-5211

詳細 地域保健課健康推進係

食生活改善推進員養成講座受講者募集  
食生活を通して、健康づくりの輪を地域に広げる活動をしてみませんか？  
内容 健康に関する各種の講義・実習など(全11回)。  
対象 区内にお住まいで、講座終了後、食生活改善推進委員としてボランティア活動ができる方。  
期間 6月7日(月)～7月23日(金)。  
定員・費用 25人。無料。  
テキスト代 千680円。  
申込方法 5月12日(水)～18日(火)に電話で左記へ(先着順)。  
詳細 地域保健課健康推進係

食生活改善推進員養成講座受講者募集

対象 15歳以上の方(中学生を除く)。  
内容 表①の通り。

■みなみ区民講座

南区民センター  
☎(584)2100

「あなたもできる！カロリー計算の達人教室」参加者募集

内容 講話「バランスのよい食事での肥満予防」  
演習「計算しましょう、食べ物のカロリー」  
対象 区内にお住まいで、全日程参加可能な方。  
日時 5月24日(月)、26日(水)、31日(月)。午後1時30分～3時30分。  
(受け付けは午後1時15分から)  
会場 南保健センター講堂。  
定員・費用 30人。無料。  
申込方法 5月12日(水)～18日(火)に下記へ電話予約(先着順)。  
詳細 地域保健課健康推進係 ☎581-5211

体重が気になる方、生活習慣病を予防したい方、  
どなたでもできるように  
お手伝いします。

表① 南区民センター講座

講座名	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込方法
社札幌消費者協会連携講座 介護保険をじょうずに使えますか？ 講師 水谷 幸子(みずたに さちこ)	50人	5月25日(火)	午前10時～正午	無料	5月14日(金)から午前9時～午後5時電話受付(先着順)
はじめてのボクシング・エクササイズ 全8回 講師 逢坂 明美(おうさか あけみ)	30人	6月2日～7月21日 毎週水曜日	午後1時30分～2時30分	受講料 2,300円	5月17日(月)、18日(火)午前9時～午後5時電話受付。 定員を超えた場合は、19日(水)午前10時から公開抽選。 結果は、当選者・補欠者のみに電話連絡。 ※受講料は5月21日(金)午後5時までに、南区民センター窓口へ。
おいしいパンづくり 全4回 講師 青山 憲子(あおやま のりこ)	20人	6月9日～30日 毎週水曜日	午前10時～正午	受講料 2,300円 材料費 3,100円	
初心者の油絵教室Ⅱ 全4回 講師 森山 誠(もりやま まこと)	20人	6月19日～7月10日 毎週土曜日	午後1時30分～3時30分	受講料 2,300円	

※定員に満たない場合は、いずれも引き続き、開講日の4日前まで受け付けますのでお問い合わせください。

広告欄