

第6回西区ふれあいテリ
ング「クイズ西遊記」



実施期間 8月2日(月)～10月29日(金)
対象・費用 小学生以上(小)

◎クイズ西遊記って何？

西区には、意外に知られていない魅力的な場所がたくさんあるのをご存知ですか？「クイズ西遊記」はクイズを解きながら区内の見どころをめぐり歩くことができます。今年で第6回を迎え、去年とは違った趣向を凝らしたコースを予定しています。時間を気にせずゆっくりのんびり、親子で友達同士で参加してみませんか？きっとあなたの知らない西区が見えてくるはずです。

■クイズ西遊記取り次ぎ窓口

取り次ぎ窓口	住 所	受付時間
西区役所総務企画課 広聴係	琴似2-7	午前8時45分～ 午後5時15分 (平日のみ)
西区民センター	琴似2-7	午前9時～ 午後9時
西野地区センター	西野4-2	(土日祝日も可)
はっさむ地区センター	発寒10-4	

※下記まちづくりセンターでも問題・解答ノートを配布

配布窓口	住 所	受付時間
発寒北まちづくりセンター	発寒12-4	午前8時45分～ 午後5時15分 (平日のみ)
発寒まちづくりセンター	発寒5-3	
西町まちづくりセンター	西町北6	
西野まちづくりセンター	西野6-3	
八軒まちづくりセンター	八軒1西1	
八軒中央まちづくりセンター	八軒6西2	
山の手まちづくりセンター	山の手3-7	

月 日	会 場
8月2日(月) 午前9時30分～11時	八軒北小学校 (八軒8西6)
8月2日(月) 午後1時30分～3時	八軒東会館 (八軒3東4)
8月7日(土) 午前9時30分～11時	二十四軒会館 (二十四軒3-4)

健康センターでの相談(30分程度)。
②チャレンジ期間中電話などによる相談(随時)。
会場 西保健センター(琴似2-7)。
対象 1カ月以内に禁煙チャレンジを希望する方で、3カ月に2回程度、西保健センターに来所できる方。
定員・費用 10人。無料。
申込 7月12日(月)～16日(金)の午前9時～午後5時まで電話で。多数時抽選。
▽地区健康相談
実施内容・対象 血圧測定・血液検査(すこやか健診受診者を除く40歳以上の方)、C型肝炎ウイルス等検査(40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳で希望する方)、心电图(医師が必要と認めた場合)、胸部X線間接撮影(15歳以上の方)。
日程 左表の通り。
費用 心电图は800円、C型肝炎ウイルス等検査は400円。それ以外は無料。
申込 不要。

▽父親教室
夫婦で学ぶ子育て講座に参加してみませんか。
内容 講話「子育てはお父さんもいっしょ」、グループ体験学習「赤ちゃんとのふれあい」お風呂と抱っこ。
日時 8月12日(木)午後6時30分～8時30分。
会場 西区民センター(琴似2-7) 3階区民ホール。
対象 10～12月に初めてのお子さんを出産予定の夫婦。
定員・費用 50組。無料。
申込 8月5日(木)から電話で。先着順。
申込先・詳細 西保健センターTEL(621)4241

▽西野地区健康講座
内容 栄養士の講話「骨を丈夫にする食事のはなし」および試食。
日時・場所 7月15日(木)午前10時～正午。昭和会館(西野6-3)。
対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。
費用・申込 無料。不要。
詳細 西野まちづくりセンターTEL(663)0360、西野連合町内会衛生部副部長山田さん宅TEL(664)4931、昭和連合町内会衛生部長桂下さん宅TEL(666)5430

学生は保護者同伴。無料。
実施方法 左表の各所で問題・解答用ノートを配布します。答えを解答用ノートに記入して左表上の取り次ぎ窓口へ提出してください。終了した方には記念品を差し上げます。
交通機関 自家用車ではなく公共交通機関のご利用をお勧めします。バスや地下鉄、自転車や徒歩でじっくり楽しんでください。
公共交通機関ご利用の際は、共通ワンデーカードがおすすめです。大人千円・子供500円で市内なら地下鉄とバスが乗り放題です。
詳細 西区総務企画課広聴係TEL(641)2400内線25

西保健センターから
▽発寒北地区健康フェア
内容 保健師の健康相談、体力測定、血液サラサラ度測定など。
日時 7月11日(日)午前10時～午後3時。
会場 発寒小学校(発寒10-4)。
費用・申込 無料。不要。
▽ストップ・スモークキング
あなたの禁煙チャレンジをお手伝い！
無理なく禁煙できる方法を個別にアドバイスしながら、禁煙チャレンジを3カ月間、応援します。
スケジュール ①初回 西保