

**東保健センターから**

☎(71)3211

**■胃がん・大腸がん検診**

**日程** 毎月第2木曜日。  
**対象** 40歳以上の方。  
**費用** 800円（70歳以上の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料になります。各種証明書をもちってください）。

**■その他大腸がん検診希望の方は、** 検査日の前週までに東保健センターへ検便セットを取りに来ていただきます。

**■申込** 電話予約制。地域保健課健康推進係へ。

**■プレマクッキング**

**参加者募集**

初めて出産する妊婦さんの講座です。調理実習を通じて、妊娠・授乳期の食事を勉強してみませんか。

**日時** 1月25日(火)午前10時～午後1時。

**会場** 東区民センター2階「実習室」。

**定員・費用** 30人。無料。

**申込** 1月13日(木)から19日(水)までに電話で地域保健課健康推進係へ（先着順）。

**一元町図書館から**

☎(784)0841

**■おはなしの会**

1月はお休みします。

**日時・内容** 2月5日(土)午前11時～正午。紙芝居「おふろでプクプク」ほか。

**■乳幼児のための**

**おはなしの会**

1月、2月はお休みします。

**■絵本の読み聞かせの会**

**日時・内容** 1月19日(水)午前10時30分～11時30分。「どろんこハリー」ほか。

**苗穂・本町地区センターから**

☎(784)7833

**■新春邦楽コンサート**

**日時** 1月15日(土)午後1時30分～2時30分（開場午後1時）。

**会場** 体育室。

**出演** グループおん。

**内容** 箏曲「春の海」、「さくら幻想曲」ほか。

**費用** 無料。

**■子ども行事「むかしあそび」**  
**日時** 1月29日(土)午後1時30分～3時。

**会場** 体育室。

**内容** こま、けん玉、折り紙など。

**費用** 無料。

**その他** 靴袋を持参してください。



**講座受講生募集のお知らせ**

都合により受講日を変更したり、応募者が少ない場合に開講を中止したりすることがあります。対象は①各地区センター講座については、東区在住が勤務先のある15歳以上の方（中学生を除く）、②東区体育館については16歳以上の方です。

**■ふしこ地区センター講座**

☎785-6323

講座名	受講日	曜日	回数	時間	定員	受講料	教材費
パソコン初心者教室 (午前の部)	2/22～3/5	火・木・土	6	午前9時30分～11時30分	20	3,400	1,000
パソコン初心者教室 (夜間の部)	2/22～3/5	火・木・土	6	午後6時30分～8時30分	20	3,400	1,000

**申込** 2月8日(火)午前9時45分から10時まで、窓口で整理券を配布。午前10時の時点で定員を超えた場合、即時抽選し受講者を決定します（定員に満たない場合、以降先着順）。

**費用** 受講料と教材費は、申し込み時に納入。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。

**その他** 初心者に限ります。マウス操作、簡単な文書作成などの基礎を中心とした講座です。

**■栄地区センター講座**

☎704-6005

講座名	受講日	回数	時間	定員	受講料	教材費
パソコン講座 ワード入門 (初心者)	2/18、19、22、23、25、26	6	午前10時～正午	20	3,400	1,000

**申込** 2月4日(金)午前9時30分から10時まで、窓口で整理券を配布。午前10時の時点で定員を超えた場合、即時抽選し受講者を決定します（定員に満たない場合、以降先着順）。

**費用** 受講料は申し込み時に、教材費は受講日初日に納入。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。

**持ち物** 筆記用具。

**■苗穂・本町地区センター講座**

☎784-7833

講座名	受講日	曜日	回数	時間	定員	受講料	教材費
パソコン講座 (初心者・シニア向け入門編)	2/8～2/19	火・木・土	6	午前10時～正午	20	3,400	1,000

**申込** 1月18日(火)午前9時30分から10時まで、窓口で整理券を配布。午前10時の時点で定員を超えた場合、即時抽選し受講者を決定します（定員に満たない場合、以降先着順）。

**費用** 受講料と教材費は、申し込み時に納入。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。

**■東区体育館スポーツ教室**

☎751-5250

講座名	受講日	曜日	回数	時間	定員	一般	65歳以上
ピラテス&スモールボール エクササイズ	2/7、21、28、3/7、28	月	5	午後7時～8時30分	30	2,600	2,100

**申込** 1月18日(火)午前9時から窓口へ直接または電話（先着順）。

**費用** 受講料は2月7日(月)までに納入。なお、一度納入された費用の払い戻しはできません。受講料のほかに毎回施設利用料がかかります（一般390円、高齢者130円、高校生230円）。

※区役所・区民センター駐車場が大変混雑しています。ご来庁の際は公共交通機関をご利用ください。

