

**お知らせの見方** 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 費=費用 申=申込 (先着) = 先着順 (抽選) = 多数時抽選

☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール CC = 市コールセンター(13<sup>番</sup>) HP = ホームページ(13<sup>番</sup>)に詳しい内容を掲載しているもの

(要確認) = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの (子供) = 子供向けの催し

**こぐま座** 〒064-0931 中央区中島公園内 ☎512-6886 FAX 512-6886 HP www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/gekijou

行事名	内容
<b>子供公演案内</b> (要確認)	<p><b>直接会場有料</b></p> <p>【人形劇】①6/11(日)午前11時、午後2時=ばびぶ<sup>アド</sup>プラスワン「こぎつねこんたとおしょうさん」ほか ②6/15(木)、16(金)午後1時、2時、3時、4時=「さっぽろまつり公演」(多数の人形劇団が参加) ③6/17(土)午後2時、18(日)午前11時=ねこじゃらし「まねっこぎつね」ほか ④6/24(土)午前11時、午後2時、25(日)午前11時=ボクラ<sup>アド</sup>&amp;ばおばぶ「ウサギとカメ〜イソップ寓話より」ほか ⑤6/28(水)、29(木)午前11時=てんてこまい「ぞうのはなはなぜ長い」ほか(要予約。6/13(火)から☎。(先着)) 【影 絵】⑥7/7(金)午後6時30分=乱拍子「かくや姫」ほか ⑦7/8(土)午前11時、9(日)午前10時30分=乱拍子「ねずみの嫁入り」ほか</p>

**健康づくりセンター** HP www.sapporo-hpc.com

■中央健康づくりセンター 〒060-0063 中央区南3西11 ☎562-8700 FAX 562-2130

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
<b>女性のフレッシュ健診</b>	骨粗しょう症検診と健康診断の同時受診	6/20~8/15(7/18を除く)の火曜午前8時30分~正午	18歳~39歳の女性 各日10人	2,000円	6/16(金)午前8時45分から中央健康づくりセンターへ☎。(先着) ※6/13(火)からHPで別枠分を受け付け。(先着)
<b>運動指導教室</b> (要確認)	<p><b>(要申込)有料。7/8(土)から順次開講。申し込みは6/13(火)までにはがきを送付か直接。(抽選)。HP</b></p> <p>①たのしくフィットネス ②二十四式太極拳 ③ボディコンパクト ④シルバーエクササイズ(60歳以上) ⑤ダンベル<sup>アド</sup>&amp;ストレッチ ⑥リラックスヨガ ⑦ステップエクササイズ ⑧ボディパンプ ⑨らくらくステップ ⑩段々貯筋術 ⑪ボクシングエクササイズ ⑫健美操</p>				

■東健康づくりセンター 〒065-0010 東区北10東7 ☎742-8711 FAX 742-8711

行事名	内容
<b>運動指導教室</b> (要確認)	<p><b>(要申込)有料。7/8(土)から順次開講。申し込みは6/13(火)までに中央健康づくりセンターへはがきを送付か直接。(抽選)。HP</b></p> <p>①リラックスヨガ ②健美操 ③ダンベル&amp;ストレッチ</p>

■西健康づくりセンター 〒063-0841 西区八軒1西1 ☎618-8700 FAX 618-8704

行事名	内容
<b>運動指導教室</b> (要確認)	<p><b>(要申込)有料。7/8(土)から順次開講。申し込みは6/13(火)までにはがきを送付か直接。(抽選)。HP</b></p> <p>①いきいき健康体操 ②たのしくフィットネス ③ボクシングエクササイズ ④健美操 ⑤シェイプアップ体操 ⑥ステップエクササイズ ⑦らくらくステップ(おおむね55歳以上) ⑧二十四式太極拳 ⑨リラックスヨガ ⑩シルバーエクササイズ(60歳以上) ⑪ヒップホップ ⑫ほのぼの気功 ⑬シェイプアップサーキット ⑭十二式太極拳</p>

**産業振興センター** 〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3033 FAX 820-3220 HP sangyo.center.sec.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
<b>中小企業特別セミナー</b>	①営業幹部強化セミナー ②中堅リーダーセミナー	①は7/20(木)、21(金)午前9時30分~午後4時、②は25(火)、26(水)午前9時30分~午後5時	管理者、中堅幹部など各30人	無料	6/12(月)から産業振興センターへ☎か、同センターで配布中の申込書をFAX。(先着)。HP
<b>中小企業経営セミナー</b> (要確認)	<p><b>(要申込)有料。8/7(月)から順次開講。申し込みは6/12(月)から☎、FAX。(先着)。HP</b></p> <p>①初めてのExcel ②Excelステップアップコース ③Excelブラッシュアップコース ④Word<sup>アド</sup>でビジネス文書作成</p>				
<b>スタートアッププロジェクトルーム 入居企業募集</b>	<p><b>内容</b> 新たな技術やビジネスモデルを持ち、意欲にあふれた創業まもない個人や企業に、産業振興センター内の部屋を安価な使用料で提供します</p> <p><b>申込・備考</b> 産業振興センターで配布中の申込書を、7/20(木)(必着)までに持参、送付。選考あり。HP</p>				



**広告欄**