

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
⑦ 返信先(往復はがきの場合)

やっほーっしょんの健康まつり

内講演会、障がいのある方による朗読劇・製品販売など。

日所 11月25日(土)午前11時～午後4時30分。手稲区民センター(手稲区前田1の11)。

詳細 精神保健福祉センター(622)0556

川下公園リラックスプラザ 休館のお知らせ

日 11月24日(金)～12月8日(金)。
詳細 川下公園リラックスプラザ(白石区川下265) (879)5311

運動能力向上トレーニング

内 介護予防のため、筋力、歩行バランスなどを強化する。

日 12月中旬から3カ月間。

所 区の老人福祉センター。

対 要支援者・要介護者を除く40歳～64歳の方。千円。

申 11月1日(木)から区役所、区の老人福祉センターで配布する申込書を12月7日(木)までに持参。選考あり。

詳細 身体障害者福祉センター(641)8850

ヘルシーメニューでバランス食を考えてみませんか

外食でも野菜が取れて、脂質が控えめなメニューを、コンビニ、スーパー、飲食店など約560店で販売していますのでご利用ください。販売店な

ど詳細はお問い合わせください。

日 11月30日(木)まで。

詳細 市コールセンター(222)4894、HP

無料匿名エイズ検査

内 ①夜間エイズ検査

日 第2火曜午後6時～7時30分。結果は1週間後に説明。定 各日60人。

内 ②休日即日エイズ検査

日 11月26日(日)午前10時～11時30分、午後2時～3時30分。陰性結果のみ当日説明。80人。

内 ③平日エイズ検査

日 11月13日(月)から匿名で市コールセンター(222)4894、E:info4894@city.sapporo.jp。(先着)

内 区保健センターで月2回実施。日程については市コールセンター(222)4894へ。

詳細 保健管理課(622)5151



**安心して働ける
市民応援セミナー**

内 ①労働基礎知識、仕事と家庭の両立 ②職場のトラブルと

メンタルヘルス(終了後に職場の悩み相談コーナーあり)。

日 ①は12月4日(月)午後6時30分～8時30分、②は9日(土)午後1時～3時。

所 サンプラザ(北区北24西5)。

定 各150人(②の相談コーナーは20人)。

申 ①、FAX、E。上欄必要事項を記入し、11月11日(土)から勤労者職業福祉センター(717)2711、FAX(758)3120、E:rodo@s-sunplaza.or.jp。(先着)

詳細 勤労市民課(211)2271

中小企業経営相談

経営のさまざまな課題について専門家が対応します。

日 所 左表の通り。①②は午後1時～5時、③は午前10時～午後4時。

対 市内で営業している中小企業者(個人営業含む)。

会 場

会 場	開催日
①白石区民センター(白石区本郷通3北)	11/15(木)
②厚別区民センター(厚別区厚別中央1の5)	12/6(木)
③経済センタービル(中央区北1西2)	12/10(日)

■中小企業経営相談

詳細 中小企業支援センター(200)5511、HP

再就職支援無料セミナー

個別カウンセリングや職業紹介までを含めた総合的な支援です。

所 サンプラザ(北区北24西5)。

定 各日20人。

申 ①③は11月11日(土)からキャリアバンク(708-8321)、②は11月15日(木)から東京リーガルマインド(0120-982-522)へ。(先着)

詳細 就業サポートセンター(738-3161)

ふぐ処理責任者養成講習会

日 来年1月12日(金)午前9時～午後4時。

所 光塩学園調理製菓専門学校(中央区大通西14)。

対 ふぐを扱う飲食店、魚介類販売業などの従業員。

対 約1万円。

日 11月13日(月)から保健所(中央区大通西19)、区保健センターで配布する申込書を12月13日(木)までに持参、送付。

詳細 生活環境課(211)2862

女性のための起業家講座

内 ワーカーズコレクティブ(共同で出資・経営し、自らも働く)方式により、地域に有益な事業を起業する方法について学ぶ。

日 11月16日(木)～12月16日(土)午前10時～午後4時。全17回。

所 ちえりあ(14階)ほか。

対 女性20人。

申 11月14日(火)午後3時までに

対象	開催日	時間	申込先
女性	11/14(火) 11/28(火) 12/5(火)	午前9時30分～ 午後2時30分	①
	11/22(木) 12/11(月)	午前10時～ 午後5時	②
中高年齢者(45歳～60歳)	11/21(火)	午前9時30分～ 午後2時30分	③

※①～③は重複受講できません。

新規高卒者就職面接会

内 企業の人事担当者との面接会。履歴書持参。

日 11月16日(木)午後0時30分～4時30分(受け付けは正午～午後3時)。パークホテル(中央区南10西3)。

対 来年3月高校卒業予定者。

詳細 市コールセンター(222)4894

コールセンターへの就職を希望する方へ

内 合同企業説明会・面接会

内 市内コールセンター約10社の人事担当者が説明。面接希望者は履歴書を持参。

日 11月14日(火)正午～午後7時。

所 Sapporo55ビル(中央区北5西5)。