

### 国民健康保険から

#### ■保険料の減免

病気や失業などにより平成18年中の収入が17年中と比較して大幅に減少し、保険料の納付が困難になった方は、申請により減免になる場合がありますので、ご相談ください。

#### ■夜間納付相談

日中区役所にお越しになれない方のために、夜間納付相談も行っています。

▽日時 1月11日(木)、25日(木)の午後8時まで。

▽場所 区役所1階9番窓口(庁舎東側の通用口からお入りください)。

#### 【詳細】 保険年金課収納係

☎(895)2400内線395～397

### 厚別保健センターから

#### ■男性のための楽々クッキング

▽日時 ①2月9日(金)午前9時30分～午後0時30分、②23日(金)午前10時～午後1時30分  
▽内容 ①「明日から出来る基本の和食」、②「調理師に習う、プロの技」。

▽会場 ①厚別保健センター、②厚別区民センター。

▽対象 区内に居住の男性で、

2回とも参加できる方。

▽定員 24人。

▽費用 無料。

▽持ち物 エプロン・バンドナ、ふきん1枚、筆記用具。

▽申込方法 1月15日(月)～19日(金)に電話で(先着順)。

#### ■いきいき生活体験講座

生活習慣病を予防し、楽しみながら健康づくりの輪を広げる3回セットの講座です。  
▽日時・会場 左表の通り。

#### ■いきいき生活体験講座

月日	時間	内容	会場
1/23(火)	午後1時45分～3時45分	ステップ1～ストレッチ、ウォーキング、交流会	厚別区体育館
1/26(金)		ステップ2～食生活セルフチェック、体力測定、交流会	厚別保健センター
1/30(火)	午前9時45分～11時45分	ステップ3～ピラティス、交流会	厚別保健センター

▷対象 おおむね40歳～65歳の方で、3回とも参加できる方。  
▷定員・費用 30人。無料。  
▷申込方法 1月11日(木)から電話で(先着順)。

### アカペラフェスティバル

#### ～ハモサツ

#### in新さっぽろ

数人の声だけで、巧みに奏でるハーモニーをお楽しみください。

▽日時 2月3日(土)、4日(日)

の午後1時～4時(午後0時30分開場)。

▽会場 サンピエアザ劇場(厚別中央2の5)。

▽定員 300人(途中入退場可)。

▽費用 無料。直接会場へ。

#### 【詳細】 地域振興課

☎(895)2400内線504

### 「中学生の税についての作文」入賞

札幌市と札幌市納税貯蓄組合連合会などが募集した「中学生の税についての作文」の入賞作品が決定し、厚別区から8人が受賞しました。

■全国納税貯蓄組合連合会会長賞

厚別南中二年 島谷 二郎さん

■札幌市長賞

厚別北中二年 石岡 紗弥さん

(全国納税貯蓄組合連合会優秀賞)

もあわせて受賞

■札幌市納税貯蓄組合連合会会長賞

厚別北中三年 野元 里美さん

(北海道納税貯蓄組合連合会会長賞)

もあわせて受賞

■札幌東区納税貯蓄組合会長賞

厚別北中二年 十川 日和さん

■札幌東区納税貯蓄組合会長賞

厚別北中三年 松尾 瞳さん

厚別北中三年 山下 莉奈さん

厚別南中一年 小山 ひよりさん



## 広告欄

※各施設の所在地・連絡先は「厚別6ページ」をご覧ください。