

広報さっぽろ厚別区版読者モニター募集

- ◆対象・定員 区内に居住の方で中学生以上。15人程度。
- ◆内容 ①毎月1回、広報さっぽろ厚別区版について感想や意見などを調査用紙に記入。②広報さっぽろについて意見交換する「読者モニター会議」への参加（希望者のみ）。
- ◆期間 ①平成19年4月～平成20年3月。②年1回程度。
- ◆申込方法 はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、電話番号、簡単な応募動機を記入の上、3月23日(金)（消印有効）まで。多数時抽選。
- ◆その他 モニターを満了していただいた方には、共通Wiズユーカード（3,300円分）を差し上げます。

申込・詳細 総務企画課広聴係 ☎895-2400 内線225
FAX895-5930 Eメール at.somu@city.sapporo.jp

川への雪捨て、 に近づくことは やめましょう

川に雪を捨てると、雪が詰まって水が流れなくなります。河川のはんらんの原因となりますのでやめましょう。

また、川面周辺の雪や氷は崩れやすく、危険なため、近づかないでください。

詳細 建設局下水道河川部
河川管理課 ☎818-3415

厚別区体育館 スポーツ講習会

☎892-0362 厚別中央2の5

※内容について変更となる場合があります。詳細は厚別区体育館までお問い合わせください。

区分	開講日	曜日	時間	回数	定員	受講料	対象	申込方法・その他	
バトントワリング	初級	4/12	木	午後4時30分～5時30分	10回	15人	7,000円	小・中学生	
	中級	4/12	木	午後5時30分～6時30分	10回	15人	7,000円		
少年少女テニス	4/16	月	午後5時～6時30分	7回	10人	5,200円	小学4～6年生	◆申込方法 3月11日(日)～15日(木)の午前9時～午後9時(15日は午後7時まで)に、直接または電話で体育館へ（多数時抽選）。 ※3月12日(月)は、休館のため申し込みできません。 ※受講料は、3月16日(金)の午後3時～8時、17日(土)～24日(土)の午前9時～午後8時に納入してください。 ◆その他 ・受講料のほかに、施設利用料が毎回必要です(小・中学生は無料)。AROMAリラックス、パワーヨガA・Bは、施設利用料込みのため不要。 ・65歳以上の方、受講期間中に65歳になる方は、年齢を証明できるものを、身体に障がいのある方は、各種手帳をお持ちください。受講料が減額になります。 ・卓球初級・中級、テニス初中級は、基本動作を習得した方が対象です。 ・ヨガ、卓球、テニスについては同じ種目内での重複申し込みはできません。ただし、定員に空きがある場合は申し込みができますので、お問い合わせください。	
親子あそび体操	4/11	水	午後1時～2時	10回	10組	6,100円	2・3歳児と保護者		
卓球	初心者	4/11	水	午後1時～3時	10回	15人	7,000円		16歳以上
	初級	4/11	水	午後1時～3時	10回	15人	7,000円		
	中級	4/13	金	午後1時～3時	10回	15人	7,000円		
バドミントン	初心者・初中級	4/11	水	午前10時30分～午後0時30分	10回	30人	7,000円		
テニス	初心者(月)	4/16	月	午後6時30分～8時30分	7回	10人	6,200円		
	初心者(金)	4/13	金	午後3時～5時	10回	20人	8,900円		
	初中級(水)	4/11	水	午後3時～5時	10回	10人	8,900円		
	初中級A(月)	4/16	月	午後1時～3時	7回	10人	6,200円		
	初中級B(月)	4/16	月	午後3時～5時	7回	10人	6,200円		
	初中級C(月)	4/16	月	午後6時30分～8時30分	7回	10人	6,200円		
バスケットボール	4/13	金	午後1時～3時	10回	15人	7,000円			
ヨガ	月曜	4/16	月	午前11時～午後0時30分	7回	30人	3,600円		
	火曜	4/10	火	午後2時45分～4時15分	10回	30人	5,100円		
エアロとアクア (体育館・プールで開講)	4/16	月	エアロ 午後7時～8時15分 アクア 午後7時～8時	9回	30人	4,100円			
エアロビクス	4/10	火	午前9時15分～10時30分	10回	30人	5,100円			
エアロエクササイズ	4/14	土	午後6時～7時15分	10回	30人	5,100円			
ストレッチ&健康美容体操	4/13	金	午後1時～2時15分	10回	30人	5,100円			
生活習慣改善体操	4/16	月	午前9時30分～10時45分	7回	30人	3,600円			
アンチエイジング体操	4/10	火	午前10時45分～午後0時15分	10回	30人	5,100円			
シェイプUPパンチ	4/11	水	午前11時15分～午後0時30分	10回	20人	6,100円			
背骨矯正体操	4/13	金	午前11時15分～午後0時45分	10回	30人	5,100円			
ボールエクササイズ	4/13	金	午後2時30分～4時	10回	20人	6,100円			
シンプルピラティス	4/14	土	午後7時30分～8時30分	10回	30人	5,100円			
ヨガ	火曜	4/10	火	午後1時～2時30分	20回	30人	10,300円	受講料の分割払い可	
	水曜	4/11	水	午前9時30分～11時	20回	30人	10,300円		
	金曜	4/13	金	午前9時30分～11時	20回	30人	10,300円		
フォークダンス	初級	4/6	金	午後3時～5時	20回	30人	10,300円		
	中級	4/6	金	午後1時～3時	20回	30人	10,300円		
AROMAリラックス	4/16	月	午後7時～8時	14回	10人	13,700円			
パワーヨガ	A	4/11	水	午後6時20分～7時20分	20回	10人	19,500円		
	B	4/11	水	午後7時30分～8時30分	20回	10人	19,500円		
少年少女バドミントン	4/10	火・木	午後4時～5時45分	40回	45人	28,000円	小学3～6年生		

※各施設の所在地・連絡先は「厚別6ページ」をご覧ください。