

西保健センターから

子育て講座受講者募集

内容 下表の通り。
 会場 西保健センター(琴似2-7)。
 対象 ①0歳から就学前までの子どもを育てている保護者または、
 西区に在住の方。②0歳から就学前までの子どもを育てている
 保護者。※託児は別室で①20人②10人まで。
 申込 ①6月11日(月)、②6月18日(月)午前9時から電話で。先着順。
 申込先・詳細 西区健康・子ども課子育て支援係 TEL641-2400内線484

| 講座名 | 日時・曜日 | 定員 | 費用 |
|--------------------|-------------------------------------|-----|----|
| ①乳幼児の心身の発達について(講義) | 6月29日(金) 全1回 午後2時~3時30分 | 20人 | 無料 |
| ②おしゃべり広場(グループ懇談会) | 7月10日(火)・12日(木) 全2回 午前10時~11時30分 | 10人 | |

▽地区健康相談
実施内容・対象 ○血圧測定、尿検査、血液検査および胸部X線間接撮影(すこやか健診受診者を除く40歳以上の方)、心電図(医師が必要と認めた場合)。65歳以上の方には問診票を記入していただき、医師による口腔内の視診や関節の触診などを実施。
 ○B型肝炎およびC型肝炎ウイルス等検査(希望者のみ)。
 節目検診(満40歳の方)、節目

外検診(満41歳以上で未受診の方または、すこやか健診で肝機能異常と判定された方)。
日程 6月15日(金)午前9時~11時Ⅱ八軒東会館(八軒3東4)、6月15日(金)午後1時30分~3時Ⅱ昭和会館(西野6・3)、7月6日(金)午後1時30分~3時Ⅱ西野地区センター(西野4・2)。
費用 心電図千200円、B・C型肝炎ウイルス等検査は100~400円。それ以外は無料。
持ち物 住所・年齢の確認できるもの(健康保険証・運転免許証など)。
申込 不要。
 ▽大人のための健康講座①
運動でウエストダウン~その巻~
内容 効果的なウォーキングについて運動実技、簡単な身体計測。
日時・会場 6月26日(火)午後1時30分~3時30分。西区民センター(琴似2・7)。
対象 生活習慣病に関心のある方。簡単な運動のできる方。
費用・申込 無料。不要。
持ち物 運動しやすい服装、靴(外靴で可)、タオル、飲料水、健康手帳。
詳細 西保健センターTEL(62)4241
 ▽西野地区健康講座
内容 講話「脳の病気を予防

するために」。講師Ⅱ高橋脳神経外科病院松村茂樹院長。
日時・会場 6月13日(水)午前10時~正午。昭和会館(西野6・3)。
対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。
費用・申込 無料。不要。
詳細 西野まちづくりセンターTEL(66)0360、西野連合町内会衛生部長宮本さん宅TEL(61)4511、昭和連合町内会衛生部長桂下さん宅TEL(66)5430
西区民クラシック音楽の調べ
内容 PMF(パシフィック・ミュージック・フェスティバル)のオーケストラメンバーによるアンサンブル演奏会。市立陵北・八軒東中学校吹奏楽部との合同演奏も予定。就学前の子どもの託児あり(先着10人)。
日時 7月20日(金)午後6時30分開演。開場は午後6時。
会場 生涯学習総合センター(ちえりあ)(宮の沢1-1)。
費用 無料。※入場整理券は、7月2日(月)から西区地域振興課、西区民センター、区内各地区センター、生涯学習総合センターなどで配布。

詳細 西区地域振興課TEL(64)2400内線37
学校プールの開放
期間 7月1日(日)~8月26日(日)の土日曜。実施日、実施時間は各校で異なります。
対象 小学生と付き添いの人のいる幼児(泳げない小学生の保護者の付き添い可)。
開放校 区内の小学校。※工事や気象状況により中止する場合があります。
詳細 さつぽろ健康スポーツ財団施設課TEL(53)5905

はちけん地区センターから
 ▽健康太極拳「八段錦」講座
 8種類の運動からなり、太極拳の準備運動としても取り入れられている健康法です。
日時 7月6日、13日、20日、27日の金曜。全4回。午後2時~3時30分。
定員・費用 20人。二千500円。
申込 6月15日(金)から受講料を添えて直接来館。先着順。
申込先・詳細 はちけん地区センター(八軒6西2)TEL(61)0966

札幌ドームでファイターズを応援しよう!
7月12日(木)はファイターズ西区民デー

北海道日本ハムファイターズでは、7月12日(木)に札幌ドームで行われるオリックス・バファローズ戦の1塁側アップシート席(内野指定席上部)に、西区に在住の方1,000組2,000人をご招待します。

日時 7月12日(木) 午後6時~。
対象 西区に在住の方。
定員 1,000組 2,000人。
申込 6月30日(土)必着。往復はがきに観戦希望者(2人1組)のどちらか1名の住所、氏名、年齢、電話番号、返信先(返信はがき)を記入の上、お申し込みください。1組につき1通のみ有効。多数時抽選。
その他 応募者の個人情報、株式会社北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、「西区民デー」の返信はがき発送および抽選、札幌ドームチケット販売のダイレクトメールによる案内以外には利用されません。
申込先・詳細 〒062-8655 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地 株式会社北海道日本ハムファイターズ 西区民デー 係 TEL857-3939

