



9月11日からの内容です

人口 208,690人 男 97,550人
 (前月比+72) 女 111,140人
 世帯数 93,257世帯 (前月比+146)
 (平成19年8月1日現在)

第33回西区みんなで楽しむマラソン大会



日時 10月8日(祝)。受付 午前9時30分。開会式 午前10時。スタート 午前10時30分。雨天中止の場合は、会場でお知らせします。

会場 農試公園多目的広場(八軒5西6)。

種目 ①5キ(中学生以上) ②3キ ③1キ。※タイム・順位の記録はしません。

対象 西区在住か通勤の方およびその家族。

費用 無料。

申込 大会当日に所定申込書を会場へ提出。※申込書は西区民センター、区内各地区センター、各まちづくりセンター、各児童会館、農試公園ツインキャップ、西区体育館山の手図書館、左記で9月10日(月)から配布。

西保健センターから

①ポリオ(小児まひ) ワクチン服用のお知らせ
 詳細は本誌22ページをご覧ください。

②ポリオ(小児まひ) ワクチン服用のお知らせ
 詳細は本誌22ページをご覧ください。

③市民健康教育
 講演「知って得する心臓病の話」。講師 琴似ロイヤル病院小島諭医師。

日時 9月22日(土) 午後1時30分～2時30分

会場 西区民センター(琴似2-7)3階区民ホール。

対象 西区在住の方。

費用・申込 無料。不要。

日時 9月22日(土) 午前9時30分～午後1時

集合・解散場所 西区民センター(琴似2-7)3階区民ホール。

対象 ウォーキングに関心がありA、Bどちらかのコースを歩ける方。

定員・費用 200人(A・B各コース100人)。無料。

持ち物 水、タオル、帽子。

申込 9月11日(火)～17日(祝) 午前8時～午後9時に電話で。先着順。

ポリオワクチン服用日程

月 日	受付時間
10月2日(火)	午後1時30分～3時
10月9日(火)	午後1時30分～3時
10月12日(金)	午前9時15分～10時45分
10月16日(火)	午後1時30分～3時
10月24日(水)	午前9時15分～10時45分
10月31日(水)	午前9時15分～10時45分

②地区健康相談 実施内容・対象

地区健康相談日程

月 日	時間	会場
9月12日(水)	午前9時30分～11時	はっさむ地区センター(発寒10-4)
	午後1時30分～3時	宮の沢中央会館(宮の沢1-5)
10月9日(火)	午前9時～11時	山の手会館(山の手3-2)
	午後1時30分～3時	八軒会館(八軒1西1)

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。

○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(40歳の方)、節目外検診(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)。

日時・会場 左表の通り。

西区民講座

講座名	日時・曜日	定員・回数	費用
やさしいエアロビクス&ピラティス	9月28日～10月19日(金) 午後1時30分～3時	20人 全4回	1,800円
ボランティアによる“美術への誘い”～日本美術の名宝とこれくしょん物語	10月2日(火) 午後1時～3時	30人 全1回	無料
高齢者のための姿勢改善・すこやか体操	10月15日(月) 午後1時30分～3時	20人 全1回	500円

内容 左表の通り。

西区民講座

申込先・詳細 ①②③は西保健センターTEL(62)4241 ④は市コールセンターTEL(22)4894

会場 西区民センター(琴似2-7)。

対象 西区在住か通勤の方。

申込 9月11日(火)～18日(祝) 午前8時～午後9時に電話で。先着順。