

# 西区からのお知らせ

(火) (土・日曜、祝日も可) 午前10時～午後7時に直接来館するか電話で。先着順。定員に満たない場合は引き続き募集。  
**申込先詳細** 西区民センター  
 TEL(641) 4791

## 子育て講座「おしゃべり広場」

**日時** 10月17日(水)、19日(金)。共に午後2時～3時30分。  
**会場** 西保健センター(琴似2・7)2階会議室。  
**対象** 0歳～就学前の子どもを持つ保護者。託児あり。  
**定員・費用** 10人(託児は10人)。無料。  
**申込** 9月21日(金)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TEL(641) 2400内線484

## 西区体育館スポーツ教室

**内容** 下表の通り。  
**申込** 9月11日(火)～14日(金)午前9時～午後9時に直接来館するか電話で。定員を超えた場合、9月16日(日)に抽選。直接来館するか電話で結果を確認してください。  
**申込先詳細** 西区体育館 温水

### ■ 西区体育館スポーツ教室のお知らせ

対象	講習名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※1		
一般男女(16歳以上)	卓球	入門	午前9時30分～11時	10月10日～12月12日(水) 全10回	各30人	6,100円(4,800円)	
		初級	午前11時～午後0時30分				
		中級	午前9時30分～11時	10月2日～11月6日(火)/(木) 全10回			
	テニス	入門	午後3時～4時30分	9月26日～11月5日(月)/(水) 全10回	各10人	7,400円(6,000円)	
		初級	午後1時～2時30分	10月11日～12月13日(木) 全10回			
		初中級(週1)	午後2時30分～4時	10月2日～11月6日(火)/(金) 全10回			
		初中級(週2)	午後1時～2時30分				
		中級	午後2時30分～4時				
	バドミントン	入門	午前9時30分～11時	10月10日～12月12日(水) 全10回	30人	6,100円(4,800円)	
		初級	午前11時～午後1時	10月10日～12月12日(水) 全10回	15人	7,000円(5,600円)	
	16歳以上)	棒&しなやかエクササイズ	午前10時30分～11時30分	10月5日～12月14日(金) 全10回	20人	6,100円(4,800円)	
		ソフトエアロビクス	午後1時30分～2時30分	10月11日～12月13日(木) 全10回	各30人	5,100円(4,100円)	
		からだにやさしい健康体操	午後1時～2時30分	10月5日～12月14日(金) 全10回			
		健美操	午前11時～午後0時30分	10月9日～12月11日(火) 全10回			
		ピラティス・ボールシェイプ	午後1時～2時10分				
		かんたんパワーヨガA	午前10時～11時				
		パワーヨガB	午前11時30分～午後0時30分	10月22日～12月10日(月) 全7回			
		ヨガ(月)	午後1時～2時				
ヨガ(水)		午後7時30分～8時30分	10月10日～12月12日(水) 全10回	20人			6,100円(4,800円)

※ 定員に満たない場合は、中止することがあります。また、受講日程は変更することがあります。  
 ※1 受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の( )内は、高齢の方(65歳以上)および身体に障がいがある方の料金。

プール(発寒5・8) TEL(662) 2149

## はちけん地区センターから

▽はちけん秋のはあとフェスタ  
**内容** 福祉活動紹介ブース、模擬店、出店コーナー、作品展  
**日時** 9月30日(日)午前10時～午後4時。

▽秋のガーデニング講座  
**内容** カラーリーフの寄せ植え三種。  
**日時** 9月29日(土)午前10時～正午。  
**定員・費用** 15人。千500円(材料費を含む)。  
**申込** 9月11日(火)から受講料を添えて直接来館。先着順。  
**▽布絵本講座**  
**内容** 布仕掛け絵本の製作。  
**日時** 10月5日、12日、19日、26日の金曜。全4回。いずれも

午前10時～正午。  
**定員・費用** 10人。2千円(材料費別)。  
**申込** 9月11日(火)から電話か直接来館。先着順。  
**申込先詳細** はちけん地区センター(八軒6西2) TEL(611) 0966

紅葉の仕組みの説明。  
**日時** 9月22日(土)午前10時～正午。雨天時29日(土)に順延。  
**定員・費用** 30人。無料。  
**申込** 9月11日(火)から21日(金)午後5時まで電話またはメールで。先着順。  
**集合場所** 宮丘公園駐車場(西野200番地宮丘トンネル北側)。  
**申込先詳細** 五天山公園管理事務所 TEL(662) 2424、Eメール gotenzan@nankoen.co.jp

## 宮丘公園秋の自然観察会

**内容** 樹木や野草の観察と、