

手稲コミュニティセンターから

◆トリプルパソコン講座

ワードによる文書作成とEメールの基本操作、ポスターなどの作成、エクセルによる家計簿や住所録作りと表計算の操作などを学びます。

	ワード初級とEメールコース	ワード応用実践コース	エクセル初級コース
月日	10月20日(月)～24日(金) [全5回]		
時間	午前10時～正午	午後1時30分～3時30分	午後6時30分～8時30分
対象	区内在住の18歳以上の方(学生は除く)。		
定員	先着20人	先着20人	先着20人
費用	受講料 4,500円 (教材費を含む)	受講料 4,500円 (教材費を含む)	受講料 4,500円 (教材費を含む)
申込	10月14日(火)の午前10時から同センター窓口で申し込み。電話不可。受講料は申し込み時納入。複数講座の申し込み可。		

◆男性の家庭料理教室

内容 中華丼と中華スープ。

日時 10月27日(月)午前10時～午後0時30分。

対象 区内在住の30歳以上の男性。

定員 先着16人。

費用 受講料千300円(材料費込み)。

申込 10月17日(金)午前10時から費用を添えて窓口で申し込み。電話不可。

◆囲碁大会

日時 11月1日(土)午前9時～午後3時。

対象 区内在住の18歳以上の方(学生を除く)。

クラス・定員 Aクラス(2段以上)、Bクラス(初段以下)合わせて先着40人。

費用 参加料400円。

申込 10月22日(水)、午後1時から費用を添えて窓口で申し込み。電話不可。

(申込先・詳細) 手稲コミュニティセンター1(手稲本町3条1丁目) ☎(681)2133

国保からのお知らせ

◆忘れていませんか

平成20年度国民健康保険料の第4期納付期限が過ぎていきます。お忘れの方はお早めに納付してください。

また、病気や失業などで保険料の納付が困難な方は、お早めにご相談ください。

夜間相談日 10月21日(火)、23

日(木)、28日(火)、30日(木)の午後8時まで。

場所 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

◆口座振替のご利用を

保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください。

お申し込みは、預金口座のある金融機関、郵便局または区役所保険年金課へ。

(詳細) 保険年金課収納係 ☎(681)2400内線394・395

子育て支援係から

◆子育てボランティア講習会

子育て家庭を支援するボランティア養成のための講習会。子育てに関する知識と実技、ボランティア活動の基礎などを学びます(全3回)。

日時・会場 11月5日(水)、6日(木)、午後1時30分～3時30分。保健センター1講堂(前田1条11丁目)。

11月7日(金)～13日(木)の午前10時～正午で都合の良い日に1回子育てサロンに参加。

定員 先着15人。

費用 受講無料。

申込 10月15日(水)午前9時から電話で申し込み。

◆子育て講座「子育てに絵本を」

講師 青田正徳氏(ちいさなえほんや「ひだまり」代表)。

日時 11月26日(水)午前10時～

11時30分。

会場 区役所3階B会議室(前田1条11丁目)。

対象 区内在住の0歳から就学前までの乳幼児を育てている保護者。

※受講中は託児を行います。

定員 先着20人。

費用 受講無料。

申込 11月5日(水)午前9時から電話で申し込み。

(申込先・詳細) 健康・子ども課子育て支援係 ☎(681)2400内線551

手稲老人福祉センターから

◆介護予防祭りボランティア募集

年齢・性別は問いません。世代の異なる方と交流し、一緒に介護予防について考えてみませんか。

日時 11月15日(土)午前10時～午後3時。

場所 同センター。

申込 10月11日(土)から31日(金)までに電話かファクスで申し込み。

◆ミニコンサートのお知らせ

内容 芸術の秋にギターの演奏を聴きながら、すてきなひとときを楽しみませんか?

日時 10月22日(水)午後1時～2時。

場所 同センター1階大広間。費用 参加無料。

申込 当日、直接会場にお越しください。

(申込先・詳細) 手稲老人福祉センター1(曙2条1丁目) ☎(684)3131

ファクス(684)3618

健康づくりリーダー養成研修会

自分の健康とともに、地域ぐるみでの健康づくりについて考え、活動してみませんか?

日時 11月13日(木)、20日(木)、26日(水)、12月3日(水)の午後1時30分～3時30分(全4回)。

会場 保健センター2階講堂・区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

対象 区内在住で健康づくりに関心があり、4回出席可能な方。

定員 先着30人。

費用 参加無料。

申込 10月14日(火)～11月10日(月)に電話で申し込み。

(申込先・詳細) 保健センター ☎(681)1211

