

にし西

■編集

西区役所総務企画課広聴係 〒063-8612 西区琴似2条7丁目1-1

TEL 641-2400 内線224~227 FAX 641-2405

◎西区広報番組「西区情報プラザ」FMラジオ三角山放送局76.2MHz
毎週月曜日午前11時～

◎西区協力番組「西区まちセン最前セン」同局毎週木曜日午前11時～

◎西区ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/nishi/>

◎区民のページ 2009・11



まちのり

「花園」へ10年連続出場を決めた
山の手高校ラグビー部 主将

ジヨシュア・モエマロ君(18)

○全国高校ラグビーフットボール大会

年末年始(12月27日～1月7日)に大阪府東大阪市の近鉄花園ラグビー場で開催される、高校ラグビーの甲子園ともいえる大会。今年は第89回。

○札幌山の手高校

西区山の手2条8丁目

TEL 611-7301 FAX 641-3795

ホームページ <http://www.yamanote.ed.jp/>



◎花園出場を決めた後、チームで記念撮影。前列中央がモエマロ君。

全国高校ラグビーフットボール大会「花園」へ、十年連続十回目の出場を決めた山の手高校ラグビー部。その主将を務めるのがニュージーランドからの留学生、ジヨシュア・モエマロ君です。八歳から地元のクラブチームでラグビーを始めたモエマロ君は、平成十九年一月、当時山の手高校で活躍していた同郷のマイケル・リーチ選手にあこがれて来日しました。日本で一番驚いたことは「雪の中の練習」と笑うモエマロ君は、言葉や習慣の違いも明るい性格と周囲の支えで克服し、一年生からレギュ

Rugby is my life (ラグビー イズ マイ ライフ)

ラーとして活躍。今年の一月には自ら立候補して留学生初の主将となりました。厳しい練習も全員が声を出し合い、笑顔で頑張ることで「きついけれど楽しい」そう。そんなチームに今回、大きな試練が待っていました。「チームがばらばらだった」と振り返る予選大会準決勝では、個人プレーやミスが続ぎ、一時は逆転されるなど大苦戦。辛勝したものの試合後のミーティングで監督から「十五人一体となったラグビー」を思い出すよう諭され、みんな話し合いました。そして気持ちを入れ替えて臨んだ決勝戦。モエマロ君は誇らしげにこう言います。「ミスがあつてもお互いを責め合うのではなく、カバーし合うことができる最高のチームになった」。卒業後も日本の大学でラグビーを続けたいと考えるモエマロ君。まずは最高の仲間たちと共に花園へ挑みます。「テレビに映るから楽しみ」と笑った後に「練習を続けてまだまだレベルアップします。一戦一戦を大事にしていきたい」と、それまで絶やさなかった笑顔をぐっと引き締め、意気込みを語ってくれました。

区民のページで取り上げてほしいテーマなど、皆さんからのご希望やご意見をお寄せください。はがき、ファクス、Eメール nishi@city.sapporo.jp で西区総務企画課広聴係(上欄)へ。



「歴史を学ぶ」



「セミナー」



「落語」

西区は土曜が面白い!

SATURDAY in

KOTONI

土曜はコトニ

大学生記者が取材!



土曜日に琴似地区でさまざまなイベントを開催する取り組み「土曜はコトニ」。
 今月は、西区の魅力を紹介する「西区PR隊大学生記者」の皆さんと一緒に、この取り組みを紹介していきます。

【詳細】土曜はコトニ実行委員会(青少年女性活動協会内) ☎671-4111



「演劇」



「地下鉄駅ライブ」



「ジャズライブ」

土曜はコトニって何?

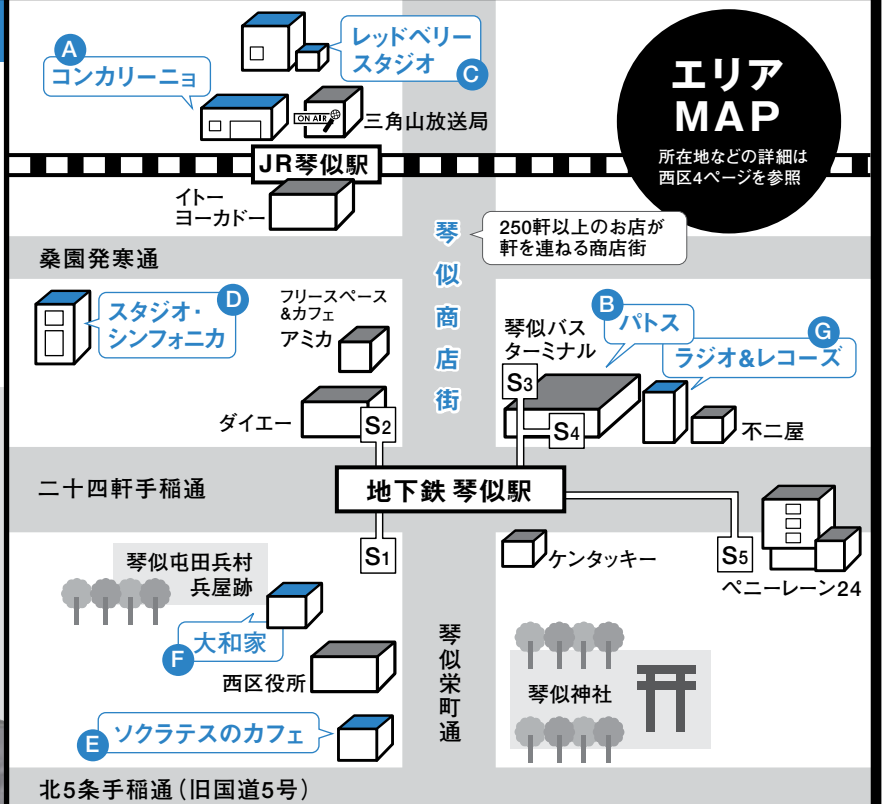
琴似地区は、劇場やホールなど文化施設が点在し、また、商店や飲食店が多数軒を連ねています。このような地域の財産を生かしたまちづくりを進めるため、文化施設や商店街の関係者が中心となり、毎週土曜日にさまざまなイベントを開催・発信する試みが「土曜はコトニ」なんです。なお、コトニとは琴似、八軒、二十四軒、山の手、発寒の旧琴似町のエリアを表します。

西区PR隊大学生記者が取材しました

今月の特集は「西区PR隊大学生記者」が編集を行い、取材先の選定から、実際の取材、校正までの作業を行いました。「西区PR隊大学生記者」とは、市内の大学生が西区役所の記者となり、地域の取材や区の広報活動を行うもので、今年8月に結成されました。



編集を担当した大学生記者5人



エリアMAP

所在地などの詳細は西区4ページを参照

演劇



コンカリーニョ

市内の有名劇団が
多数出演する琴似の劇場

劇団イナダ組「水に油 糠と釘」

今回取材したのは、JR琴似駅から徒歩1分の劇場コンカリーニョ。高校の演劇鑑賞会以来、演劇に触れていない私は、ドキドキしながら会場に向かいました。照明を落とした会場に入ると200席の客席はほぼ満席。会場は客席と舞台の距離が非常に近く、役者を至近距離

で見ることができます。

演劇鑑賞初心者のも、プロの役者の演技や、場面の变化が読み取れるピアノの音響、大きなスクリーンを使った演出に引き付けられ、非常に楽しめました。コンカリーニョへ行けば、演劇の魅力にハマること間違いなしでしょう!



↑イナダ組は、昨年東京で行われた演劇コンクールでグランプリを受賞した札幌を代表する劇団

私が取材しました!

札幌市立大学
デザイン学部3年

なかやま まり
中山 真梨さん



ライブ



ラジオ&レコーズ

お酒も楽しみながら
間近でジャズを堪能

「工藤拓人トリオ」

人生で初めてジャズライブに行ってきました。行ったのは、地下鉄琴似駅からすぐのビルにある「ラジオ&レコーズ」。ここでは毎日、ジャズライブが行われています。当日の出演は、sapporo city jazzコンテスト優勝者である工藤拓人トリオでした。

生演奏は、音の振動が体に伝わりとても迫力がありました。ピアノの音色に引き込まれ、体中に演奏が染み渡りました。もっと聞きたいと身を乗り出してしまうほど、あっという間の2時間。琴似で本格的なジャズを聴けるっていいなって思いました。



↑工藤拓人トリオは北海道大学ジャズ研究会の若手ピアノトリオ。来年、カナダの国際ジャズフェスティバルに出演する

私が取材しました!

北海道大学
経済学部4年

きたがわ ゆい
北川 由依さん



セミナー



ソクラテスのカフェ

喫茶店でコーヒーを片手に
大学教授の最先端の
講義を楽しむ

大学カフェ
「ポスト 政権交代の政治」

「ソクラテスのカフェ」では、毎月、大学教授を招いて講義を行う大学カフェが開催されており、コーヒーを飲みながら、気軽に最先端の研究の話を知ることができます。

この日の講師は、新進気鋭の政治学者である吉田徹先生。具体例が盛り込

まれた分かりやすい説明に加え、海外との比較など研究者ならではの根拠のある話は、政治に関心を持ち始めた僕には刺激的なものばかりでした。政治家の裏話やジョークも飛び出すなど、笑いもたっぷり! 終わってみれば、とにかく面白いの一言でした!

私が取材しました!

北海道大学
公共政策大学院1年

おちあい そういちろう
落合 総一郎さん



↑講師の北海道大学公共政策大学院の吉田准教授(右)とコーディネーターの中島准教授

毎週土曜は コトニに行こう!



琴似地区の主な施設とイベントを紹介します。
このほかにも、琴似にはさまざまな施設がありますので、皆さんも探してみてくださいはいかがですか。

S. OCHIAI
Y. KITAGAWA
M. NAKAYAMA
T. KATOH
M. YAMADA

西区の見学自体も含めて、編集は楽しい経験でした!
落合 総一郎

行くたびにウキウキするコトニが大好きです!
北川 由依

西区の文化に触れて、新しい経験ができました!
中山 真梨

まちづくり 学生視点でひと工夫
加藤 剛寿

これからも西区の魅力を発掘していきます!
山田 瑞貴

土曜の琴似は何かがある



土曜はコトニ実行委員会 代表世話人
くすみくにはる
久住 邦晴さん

琴似地区ににぎわいをつくり出すことはできないかと、地域全体で始めた取り組みが「土曜はコトニ」です。現在、活動は始まったばかり。今後は、琴似地区をキャンパスに見立てて講座を行う「コトニ土曜大学」など、さまざまなイベントを充実させ「土曜日に琴似に来たら何かがある」と全国から言われる街にしていきたいですね。

A コンカリーニョ

JR琴似駅直結の劇場で、演劇を中心に、ダンス、コンサートなどが行われる。
所在地／八軒1西1ザ・タワープレイス1階
☎615-4859 www.concarino.or.jp
■劇団千年王国「おうこく かんさくもん廣作者」
明治の日本で、絵画の伝統を守る兄と贗作を売りさばく弟の悲劇を描く
11月12日(木)～16日(月)、18日(水)～23日(祝)

B パトス

地下鉄琴似駅構内にあるホールで、コンサートやイベントなどが行われる。
所在地／琴似1-4(地下鉄琴似駅地下2階)
☎612-8383 www.concarino.or.jp/patos
■フラメンコ・ロルカ 発表会
歌とギターが奏でるフラメンコの発表会
11月14日(土)

C レッドベリースタジオ

コンサートや演劇、展覧会などに利用される15坪のホールスペース。
所在地／八軒2西1
☎633-2535 www.akai-mi.com
■森のキャロル
古いクリスマスソングを弦楽器リユートと歌で紹介
11月29日(日)

D スタジオ・シンフォニカ

建築家で音楽家のはたけなかひでゆき畠中秀幸さんの自宅。コンサートなどのイベントが行われる。
所在地／発寒3-1
☎667-8350 www.sinfonica.co.jp
■土曜は我が街コトニセミナー
ウソがつくる自然～舞台照明の魅力についての講演会
11月21日(土)

E ソクラテスのカフェ

2,000冊の古本が並び、自由に読むことができるブックカフェ。大学教授による講座や落語などを行っている。
所在地／琴似2-7メシアニカビル地下
☎611-7121 www.kusumishobou.jp
■大学カフェ
日程は11月下旬を予定。内容など詳しくはお問い合わせください。

F 大和家

寿司・和食を楽しめる創業70年の老舗。第3土曜には落語を楽しめる。
所在地／琴似2-5
☎621-8108 kotoni-yamatoya.com
■美人寄席「しゅうごう演目:死神」
琴似在住の落語家はこ笑生十八番による寄席
11月21日(土)

G ラジオ&レコーズ

ジャズバー。毎週土曜日午後7時～9時は店内で有料のジャズライブを開催。平日は午後8時～9時の間無料ライブを実施している。
所在地／琴似1-4ニシムラビル3階
☎612-9886 www.k3.dion.ne.jp/~radireco
■蛇池雅人+工藤拓人トリオ 11月14日(土)
■NBL 11月21日(土)
■須山恭一カルテット 11月28日(土)
元矢沢永吉バンドのサクソブレイヤー率いるジャズバンド

HP

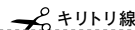
「土曜はコトニ」のイベントについては、区役所などで配布するチラシか、ホームページをご覧ください。
www.katsudokyokai.or.jp/jigyuu/pdf/doyohakotoni/eventcalender.pdf

コンカリーニョで行われる劇団千年王国の演劇鑑賞チケットを10組20人にプレゼント!

【応募方法】
はがきかファクスで。住所、氏名、年齢、電話番号、本誌西区版の感想、鑑賞希望日、「コンカリ・チケットプレゼント」と記入し、11月11日(水)(必着)までに西区地域振興課(〒063-0811 琴似1-6 琴似第一ビル、ファクス641-2455)へ。多数時抽選。

COUPON

土曜はコトニ 体験割引クーポン
※コピー不可 ※1枚で2人まで有効 ※支払い時に提出



ラジオ&レコーズ

ソクラテスのカフェ

大和家

クーポン

クーポン

クーポン



いつまでも元気な心と体で

9月29日、イオン札幌発寒ショッピングセンターで「西区介護予防フェア2009」が行われ、約450人が参加しました。

特設ステージでは、地域住民による「介護予防劇～しゃべって歩いてみんな元気」が披露され、ユーモアあふれる演技に会場では楽しい笑い声が上がっていました。



地産地消でエコライフ！

9月27日、生涯学習総合センター（ちえりあ）で西区環境フェスティバル'09「おいしいエコフェスタ」が開催され、約3,300人が来場しました。

会場では、直径1メートルの特大鍋で作るバエリアやジャンバラヤなど、道産食材をふんだんに使ったメニューが提供され、人気を博していました。



大きな水車で精米体験

10月3日、五天山公園で水車を使った地域交流会が開催され、地元小学校の児童ら約90人が参加しました。

すり鉢などを使って精米を体験した子どもたちは、公園内に復元された水車による精米の様子を見学すると、自然を利用した先人の知恵に感心していました。



秋を感じるウォーキング

10月3日、農試公園などの琴似発寒川沿いにある公園で「西区ウォーキング大会」が開催され、6歳から88歳までの市民約200人が参加しました。

参加者は、ほのかに色づく木々の葉や川のせせらぎを眺めながら、心地よい汗を流していました。



区内で行われた
行事を写真で
紹介します。



広告



11月11日からの内容です

人口 209,237人 男 97,146人
 (前月比-13) 女 112,091人
 世帯数 95,859世帯 (前月比+72)
 (平成21年10月1日現在)

平成21年度西区長杯
バドミントン大会



日時・会場 12月13日(日)。
 受付 午前9時。西区体育館
 (発寒5-18)。
対象 西区に在住か通勤の方、
 西区内のサークル・教室で活
 動している方(学生は除く)。
種目 男子ダブルス、女子ダ
 ブルス。共にA 上級者、B
 中級者、C バドミントン
 歴2年以上、D 初心者、E
 ペアの合計年齢100歳以上。
定員 合計150人。
費用 千500円。
申込 11月22日(日)～29日(日)
 に所定の申込書に費用を添え
 て申込先へ持参。多数時抽選。
 ※申込書は西区地域振興課、
 西区民センター、区内各地区

センター、西区体育館で配布。
申込先 西区バドミントン協
 会(平和2-16-15-15) 島山
 孝治さん宅 TEL(664)5614。
【詳細】 西区地域振興課(琴似
 1-6 札幌琴似第一ビル3階)
 TEL(641)2400内線237

赤い羽根共同募金
「チャリティー演奏大会」

内容 楽器演奏、民謡ほ。
日時 11月23日(祝)午後1時
 30分～3時30分。
会場 西区民センター(琴似
 2-17)3階区民ホール。
費用・申込 無料。不要。
 その他 募金箱を設置します
 ので、ご協力ください。
【詳細】 西区共同募金会事務局
 (西区社会福祉協議会内) TEL
 (641)2400内線459

「ちあふる・にし」
子育て講座

内容 ①ポーセラーツをつく
 ろう。②タイルに絵付けをして
 クリスマスの飾りを作ります
 ③アロマテラピー入門。基礎
 を学び、疲れた体をリラック
 スさせる入浴剤を作ります。
日時 ①12月1日(火)②12月
 8日(火)。共に午前の部 午
 前10時30分～11時15分、午後
 の部 午後2時～2時45分。
 ※午前と午後は同内容。

会場 市営住宅二十四軒団地
 集会室(二十四軒3-5市営
 住宅1階)。
対象 就学前の乳幼児の保護
 者(託児なし)。
定員 各回15人。
費用 ①400円②300円。
申込 ①11月16日(月)②11月
 24日(火)の午前9時から直接
 来館か電話で。先着順。

申込先【詳細】 西区保育・子育
 て支援センター「ちあふる・
 にし」(二十四軒3-5市営住
 宅1階) TEL(613)7882

子どもワンダーランド



内容 市内在住の留学生から
 母国の遊びや生活習慣などを
 教えてもらい、楽しく国際交
 流します。
日時 12月5日(土)午前9時
 30分～午後2時30分。
会場 西野小学校(西野8-14)。
対象 小・中学生。
定員 80人。
申込 11月16日(月)～26日(木)
 午前9時～午後5時15分に電
 話で。先着順。

申込先【詳細】 西区子ども会事
 務局 TEL(641)4792

山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会
日時 11月24日、12月1日、
 8日の火曜。いずれも午後3
 時～3時30分。
 ▼たのしいおはなし会
内容 「シロネコ クロネコ」。
日時 11月21日(土)午後2時
 ～2時20分。
 ▼小学生のためのおはなし会
内容 「マーシャとくま」。
日時 11月21日(土)午後2時
 30分～3時。
 ▼子ども映画会
内容 「ホシガリ姫の冒険」ほ。
日時 11月26日(木)午後3時
 30分～4時。
【詳細】 山の手図書館(山の手
 4-1-2) TEL(644)6822

定期夜間納税相談

定期相談日時 毎週木曜日祝
 日は除く)の午後5時30分～
 8時。
 ※このほか市税滞納整理強化
 週間に夜間・休日納税相談窓
 口を開設します。詳細は全市
 版28ページをご覧ください。
会場 西区役所(琴似2-17)
 2階③番窓口(庁舎裏側職員
 通用口からお入りください)。
持ち物 納税通知書、督促状、
 催告書のいずれか。
【詳細】 西区納税課 TEL(641)24
 00(代表)

西保健センターから

▽大人のための健康講座
内容 「病氣と健康食品」。
日時 11月12日(木)午後1時
 30分～3時。
会場 西保健センター(琴似
 2-17)。
対象 西区在住の方。
定員 50人程度。
費用・申込 無料。不要。
 ▼西区要保護児童対策地域協
 議会研修会
内容 講演「DV(ドメスティ
 ックバイオレンス)の実態と
 児童虐待について」。
日時 11月18日(水)午後2時
 ～4時。
会場 西保健センター。
費用・申込 無料。不要。

西健康づくりセンター
栄養調理実習講座

内容 「糖尿病予防の食生活」。
日時 11月19日(木)午前10時
 30分～午後1時。
対象 糖尿病の方または関心
 のある方。
定員・費用 10人。千200円。
申込 11月4日(水)～14日(土)
 に直接来館、電話またはEメ
 ールで。多数時抽選。

申込先【詳細】 西健康づくりセ
 ンター(八軒1西1) TEL(618)8
 700、Eメール west-
 school@stsf.jp

西区からのお知らせ

■西野地区センター講座

講座名	日時・曜日・回数	定員	費用
すし 寿司を握ろう!	12月5日、12日(土) 午後1時~3時(全2回)	12人	4,500円
俳句を通して 日本語を学ぶ	11月26日(木) 午後1時~4時(全1回)	8人	無料
らくらく簡単帯結び	11月17日(火) 午前10時~正午(全1回)	10人	

申込 11月11日(水)午前9時~正午に電話で。多数時抽選。

申込先・詳細 西野地区センター(西野4-2) TEL666-5550

■はっさむ地区センター講座

講座名	日時・曜日・回数	定員	費用
パッチワークで素敵 なクリスマス飾り	12月2日、9日(水) 午前10時~正午(全2回)	10人	2,200円
手打ちそばとつゆの 作り方	12月4日(金) 午前10時~午後1時(全1回)	10人	2,100円

申込 11月17日(火)~20日(金)午前9時~午後5時に電話で。先着順。

申込先・詳細 はっさむ地区センター(発寒10-4) TEL662-8411

■はちけん地区センター講座

講座名	日時・曜日・回数	定員	費用
かわいいお正月飾り を作ろう!	12月4日、11日(金) 午後2時~4時(全2回)	10人	2,800円

※託児あり(子ども1人につき1回500円)。

申込 11月11日(水)から費用を添えて直接来館。先着順。

申込先・詳細 はちけん地区センター(八軒6西2) TEL611-0966

▽プレママクッキング



内容 講話と調理実習。
日時 11月26日(木)午前10時~正午。
会場 西区民センター(琴似2-17)。
対象 西区在住の妊婦の方。
定員・費用 20人。無料。
持ち物 エプロン、髪を覆うもの、ふきん、筆記用具。
申込 11月11日(水)~17日(火)に電話で。先着順。
▽男性料理教室「男だつてクッキング!」
内容 簡単な家庭料理。

日時 12月4日、11日の金曜。共に午前9時30分~正午。全2回。
会場 西保健センター。
対象 西区在住の男性で、2回とも参加可能な方。
定員・費用 15人。無料。
持ち物 エプロン、髪を覆うもの、ふきん、筆記用具、上靴。
申込 11月11日(水)~20日(金)に電話で。先着順。

▽健康づくりリーダー養成研修「健康づくりセミナー」

内容 講義と実技。
日時 12月3日(木)、8日(火)、10日(木)、17日(木)。午後1時30分~3時30分。10日のみ午前10時~正午。全4回。

西野地区健康講座



内容 「太極拳に挑戦しよう」。
日時 11月12日(木)午前10時~正午。
会場 西保健センター。
対象 西区在住の、原則4回とも受講可能で、運動に支障のない方。
定員・費用 30人。無料。
申込 11月20日(金)~27日(金)に電話で。先着順。
申込先・詳細 西保健センター TEL(621)4241

西区民センターから



▽タウンジャズコンサート
出演 奈良やよい、豊口健トリオ。
日時 11月28日(土)午後3時開演。開場は午後2時30分。
会場 昭和会館(西野6-13)。(会場 西区民センター(琴似2-17)3階区民ホール。
定員 200人。
費用 前売券800円(11月11日(水)から販売)、当日券千円。
▽西区民センター講座
内容 「手打ちそばに挑戦!」。
日時 12月12日(土)①午前10時~正午②午後1時30分~3時30分。※①と②は同内容。
会場 西区民センター。
対象 15歳以上(中高生除く)。
定員・費用 各20人。千700円。
申込 11月18日(水)~25日(水)午前10時~午後7時に直接来館か電話で。先着順。
申込先詳細 西区民センター TEL(641)4791

■西区体育館・温水プールから

▷水泳・プールフィットネス教室

内容 ①成人②シルバー③少年少女④幼児⑤親子⑥水中ウォーキング⑦アクアビクス⑧水中運動。

※対象など詳細は お問い合わせください。

申込 11月26日(木)～12月2日(水) (必着) に往復はがき (希望する教室名・住所・氏名・生年月日・年齢・電話番号を記入) か返信用はがきを持参の上直接来館。多数時抽選。

▷スポーツ教室

内容 下表・右表の通り。

申込 (1)11月11日(水)～14日(土)、(2)11月27日(金)～12月4日(金)の共に午前9時～午後8時に直接来館か電話で。多数時抽選。抽選結果は(1)11月17日(火)、(2)12月6日(日)の午後1時以降に電話などで確認してください。

申込先・詳細 西区体育館・温水プール (発寒5-8)
TEL662-2149

(1)子ども向け

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料
小3～小6	少年少女 バドミントン入門	午後4時15分 ～5時45分	12月4日 ～3月19日 (金) 全13回	各 15人	7,900円
	少年少女 バドミントン初級		12月15日 ～3月23日 (火) 全13回		
	少年少女 バドミントン中級				
小3・小4	少年少女テニスA	午後4時～5時	12月3日 ～3月18日 (木) 全13回	各 10人	9,700円
小5・小6	少年少女テニスB	午後5時～6時			
小2・小3	少年少女卓球A	午後4時15分 ～5時45分	12月9日 ～3月24日 (水) 全13回	各 10人	9,700円
小4～小6	少年少女卓球B				
5・6歳	キッズ ヒップホップ	午後3時～4時	12月3日 ～3月18日 (木) 全13回	各 20人	7,900円
小1～小6	ジュニア ヒップホップ	午後4時～5時			
5・6歳	キッズ新体操A	午後2時～3時			
	キッズ新体操B	午後3時～4時			
小1～小4	ジュニア新体操	午後4時 ～5時30分			
3・4歳と 保護者	親子体操	午前11時～正午		10組	7,900円

(2)一般(16歳以上)向け

教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※
からだにやさしい 健康体操	午後1時 ～2時30分	1月15日～3月19日 (金) 全10回	各 30人	5,100円 (4,100円)
健美操	午前11時 ～午後0時30分			
ピラティス ボールシェイプ	午後1時 ～2時10分	1月12日～3月16日 (火) 全10回	各 20人	6,100円 (4,800円)
やさしいヨガ	午後1時30分 ～2時30分	1月7日～3月18日 (木) 全10回		
ヨガ(月)	午後1時～2時	1月25日～3月29日 (月) 全7回	各 20人	4,200円 (3,400円)
ヨガ(水)	午後7時～8時	1月13日～3月17日 (水) 全10回		
パワーヨガ 入門クラス	午前10時～11時	1月12日～3月16日 (火) 全10回	各 30人	5,100円 (4,100円)
パワーヨガ 応用クラス	午前11時30分～ 午後0時30分			
棒&しなやか エクササイズ	午前10時30分～ 11時30分	1月15日～3月19日 (金) 全10回	20人	
卓球入門	午前9時30分 ～11時	1月13日～3月17日 (水) 全10回	各 30人	6,100円 (4,800円)
卓球初級	午前11時 ～午後0時30分			
卓球中級 (週1)				
卓球中級 (週2)	午前9時30分 ～11時	1月7日～2月9日 (火/木) 全10回	各 15人	7,000円 (5,600円)
バドミントン 入門	午前11時 ～午後1時	1月13日～3月17日 (水) 全10回		
バドミントン 初級	午前11時 ～午後1時	1月7日～3月18日 (木) 全10回	各 10人	7,400円 (6,000円)
ソフトテニス 初中級	午後1時 ～2時30分			
テニス入門	午後3時 ～4時30分	1月8日～2月9日 (火/金) 全10回	各 10人	7,400円 (6,000円)
テニス初級	午後1時 ～2時30分			
テニス初中級 (週1)	午後2時30分 ～4時	1月8日～2月9日 (火/金) 全10回	各 10人	7,400円 (6,000円)
テニス初中級 (週2)	午後1時 ～2時30分			
テニス中級	午後2時30分 ～4時			

※ 受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の()内は、65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金。

■住民集団健康診査

日時 11月29日(日) 午前9時30分～11時。

会場 西区民センター (琴似2-7)。

内容(対象者)

- ①特定健康診査(40歳～74歳の国民健康保険に加入の市民)
- ②後期高齢者健康診査(後期高齢者医療制度に加入の市民)
- ③胸部X線検査(40歳以上の市民)
- ④肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない市民)
- ⑤健康相談(15歳～39歳の市民)

※ ①②は、健康診査の受診券と健康保険証を持参。ほかの健康保険に加入の方は、加入している健康保険にお問い合わせください。③⑤は、年齢を確認できるものを持参。検査内容の詳細、費用や、生活保護・支援給付世帯の方はお問い合わせください。

詳細 西保健センター TEL621-4241

広告