

雪道では、足元を気にし過ぎて、車への注意を忘れがちです。どんな時でも、周囲の安全確認を心掛けてみましょう。

### 健康講話

▽内容 講話「炎症性腸疾患の食事療法について」調理の工夫・注意点(講師: J A北海道厚生連札幌厚生病院 栄養科長出村富美恵氏)。

外食時の注意点、お弁当の選び方、調理の工夫など、すぐに使えるポイントを紹介いたします。



▽日時 1月18日(月)午後1時30分～2時30分(受け付けは午後1時から)。  
▽会場 中央保健センター2階講堂(南3西11)。

▽対象 区内在住の方。  
▽費用 無料。  
▽申込 1月5日(火)午前9時から電話で(ファクス不可)。  
申込詳細 健康・子ども課  
☎(511) 7221 (内線244)

### ママ's Cafe

子どもと離れてゆつくりと自分の思いを話したり、同じ思いを持つ人の話を聞いたり、子育ての大変さを一緒に話し合ってみませんか。

▽日時 1月25日(月)、2月22日(月)、3月29日(月)の午前10時

～11時30分。

▽会場 中央保健センター2階講堂(南3西11)。

▽対象 0歳～就学前の乳幼児を育てている方。

▽定員・費用 15人・無料。

▽申込 電話で各開催日前週の木曜日まで(ファクス不可)。1月開催分は1月21日(木)までに電話で。

▽その他 託児つきで実施します。ミルク・オムツなどをご持参ください。

申込詳細 健康・子ども課  
☎(511) 7221 (内線232)

### 地区センター行事

ちびっこウインターランド

▽内容 輪投げや昔遊びなどの室内遊び。雪ままごとなどの外遊び。アニメ映画の上映。  
▽日時 1月18日(月)午前10時～11時30分。

▽会場 旭山公園通地区センター1(南9西18)。

▽対象 乳幼児・小学校低学年(親子で参加できます)。  
▽申込・費用 不要・無料(定員は300人)。当日、直接会場へ。



1 詳細 旭山公園通地区センター  
☎(520) 1700

### 中央区ボランティア体験講座

▽内容 ボランティアに関心のある方を対象に、ボランティアの基礎知識を学び、点字・アイマスクによる視覚障がい体験をします。

▽日時 1月20日(水)午前10時30分～午後3時、21日(木)午前10時～午後3時30分。

▽会場 中央区民センター2階つどいA・B(南2西10)。

▽定員・費用 20人・500円。  
▽申込 1月4日(月)午前9時から電話で。先着順。

申込詳細 中央区社会福祉協議会  
☎(281) 6113

### 交通事故発生件数

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	1,496 (- 191)	3 (+ 2)	1,785 (- 204)
札幌市	8,063 (- 779)	23 (- 3)	9,517 (- 892)

※平成21年12月15日現在。( )は前年比

### 受賞おめでとうございます

#### ～札幌市自治振興功労者表彰～

長年、地域の発展に尽くされた方の功績をたたえ「札幌市自治振興功労者」の表彰式が11月30日(月)に行われました。

中央区からは、町内会役員などを歴任し、自治振興に大きく貢献された3人が表彰されました。



苗穂地区  
おおしま おさむ  
大島 脩さん



本府地区  
ながた くみお  
長田 久三男さん



南円山地区  
なかむら ひろし  
中村 啓さん

### 円山動物園 地元感謝デー



いつもお世話になっている感謝を込めて、中央区にお住まいの方を無料でご招待します。冬の動物たちの生き生きとした表情をぜひご覧ください。

◆有効期間 2月1日(月)～11日(祝)の午前9時～午後4時30分。

◆クーポン条件 クーポン1枚で大人(高校生以上)1人無料。

詳細 円山動物園(宮ヶ丘3) ☎621-1426

クーポン