

表中の記号の見方

区内各施設の講座など

直接会場 = 当日直接参加するもの **要申込** = 事前申し込みが必要なものの
先着 = 先着順 **抽選** = 多数時抽選

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中高生を除く）です。



自転車に乗りながらの携帯電話の使用は大変危険です。絶対にやめましょう。

東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/higashi-cc/>

〔申込〕 申込日の午前9時より電話または直接窓口で申し込み。〔場所〕 3階「視聴覚室」。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
健康講座 ～健康な生活を送るための薬と食事のお話～	4/22(木)午後2時～4時	無料	要申込 先着 50人	4/11(日)から 〔講師〕 株ツルハホールディングス

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/fushiko-1c/>

〔申込〕 ①は申込開始日の午前9時10分～20分に、②は申込開始日の午後1時10分～20分に窓口で整理券配布。定員を超えた場合は即時抽選・決定。定員に満たない場合は、以降平日午前9時～午後5時に直接窓口で申し込み（先着順）。
 ③は申込期間の午前9時～午後7時に電話または直接窓口で申し込み（先着）。受講後「普通救命講習修了証」を交付。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
絵本の読み聞かせの会	4/14(水)、21(水)、28(水) 午後3時～3時40分頃	無料	直接会場 〔対象〕 幼児以上	
①楽しくおしゃべり英会話教室 (初心者対象)	5/11～6/29の毎週(火)(全8回) 午後10時～正午	受講料 4,500円 教材費 500円	要申込 抽選 24人	4/20(火)から
②無理なくできる ワンサイズダウン体操教室	5/24～7/12の毎週(月)(全8回) 午後1時30分～3時	受講料 4,000円	要申込 抽選 25人	5/10(月)から
③心肺蘇生(AED)講習会	6/4(金) 午後1時30分～4時30分	無料	要申込 先着 30人	5/7(金)～5/20(木)

栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/sakae-1c/>

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
①乳幼児の読み聞かせの会 (「えんそくバス」ほか)	4/13(火)午前11時～正午	無料	直接会場 〔対象〕 乳幼児	
②お話の扉(朗読) (「つみきのいえ」ほか)	4/24(土)午前11時～正午	無料	直接会場 〔対象〕 小学生以上	

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.community.sapporocdc.jp/city/naeohoncho-1c/>

〔申込〕 ①は申込開始日の午前10時より電話で申し込み。②は申込開始日の午前10時～午後5時に電話で申し込み。定員を超えた場合は、翌日午前9時に抽選にて決定。決定した方のみ電話で通知。定員に満たない場合は以降、電話または直接窓口で申し込み。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
①ちょっぴり体験☆ベビーサイン	5/13(木) 午前10時30分～11時20分	受講料 200円	要申込 先着 15組	4/22(木)から〔対象〕 6カ月～1歳半のお子さんと保護者
②ファイト!! からだ改善deスリム計画★	5/19～8/4の毎週(水)(全12回) 午前10時30分～11時30分	受講料 3,700円	要申込 抽選 15人	4/27(火)から

元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
おはなしの会	4/16(金)、5/1(土) 午前11時～正午	無料	直接会場 〔対象〕 幼児以上	

東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/shisetsu/higashi-gym/index.html>

〔申込〕 申込日以降の午前9時～午後8時に窓口または電話で申し込み。〔施設利用料〕 一般390円、高齢者(65歳以上)130円
 〔持ち物〕 ①スティックのり、はさみ。②スティックのり(5/17(月)のみ)。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込期間・備考
絵本の読み聞かせ & 親子遊び教室	① 4/19(月)、26(月)(全2回) ② 5/17(月)、31(月)(全2回) いずれも午後1時～2時	毎回施設利用料 が掛かります	要申込 先着 ①②各20組	① 4/11(日)から② 4/26(月)から 〔対象〕 2歳～就学前のお 子さんと保護者

