

たのしいおはなしの会

日時 7月:15日(木) 午前10時30分、24日(土) 午後2時30分
8月:5日(木) 午前10時30分、7日(土) 午後2時30分
会場 清田図書館(区役所4階) お話し室
対象 幼児とその保護者
申込 不要



映画会

内容 ①「はだしのゲン」②「父と暮らせば」
日時 ①8月6日(金) ②8月8日(日) 午後2時(1時30分開場)
会場 清田図書館(区役所4階) 読書集會室
対象 ①小学生以上 ②小学5年生以上
定員 ①50人 ②40人
申込 不要(当日先着順)



8月 いのちを考えよう

「戦争と平和」「いじめ」などについて描かれた絵本などの特別コーナーを設け、展示・貸し出しします。

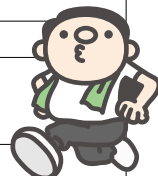
期間 8月1日(日)～31日(火)

詳細 清田図書館 ☎ 889-2484

10年後の自分も健康かしら? 健康貯筋講座

これからの生活を楽しく健康的に過ごすために、日ごろの生活習慣を振り返り、食事の工夫や運動をして「健康貯筋」しませんか。

日程	内容
【1日目】 7月26日(月) 午後1時15分～4時	①身体測定 身長・体重・腹囲・体脂肪・血圧など ②講話(医師) 「知っ得 なっ得 脱メタボ!」 ③運動実技 ノルディックウォーキング
【2日目】 7月30日(金) 午後1時45分～3時30分 (1時30分受け付け開始)	①講話(歯科衛生士) 「よく噛んで歯から始めるメタボ対策」 ②講話(管理栄養士) 「賢く食べてカラダすっきり!」 ③交流会
会場	区役所2階保健センター講堂ほか
対象	区内にお住まいで下記のすべてに当てはまる方 ①40歳以上65歳未満 ②運動制限なし ③2日とも参加可能
定員	20人
費用	無料
申込	7月12日(月)～21日(水)に電話または直接窓口でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く)。 先着
その他	室内用運動靴・汗ふき用タオル・水分補給用飲料水を持参し、運動しやすい服装でお越しください。
申込先・詳細	健康・子ども課健やか推進係 ☎ 889-2400(内線525～528)



区民センターからのお知らせ

清田1条2丁目
☎ 883-2050

ギャラリー写真展 作品募集

区民センターのギャラリーに、あなたの写真を展示してみませんか。テーマは自由です。

募集期間	7月11日(日)～19日(祝)
応募方法	「キャビネサイズ」または「2L判」(それ以外のサイズの作品は額に入れて持参)。一人2点まで。作品の裏面に氏名、タイトルを記入の上、直接窓口へ持参してください。
展示期間	7月22日(木)～8月12日(木)

防災セミナー「震災に備えて」

災害はいずれ必ずやって来ると肝に銘じ、備えることが必要。札幌に大地震が起きたらどうなるのか、阪神・淡路大震災を教訓に、防災対策を学びませんか。

講師：日本技術士会北海道支部防災委員会会員
城戸 寛氏、小田 直正氏、大浦 宏照氏、松岡 直基氏

日時	7月24日(土) 午後1時30分～3時30分
会場	区民センター 視聴覚室
対象	区内にお住まいの方
定員	40人
費用	無料
申込	7月13日(火)～20日(火)の午前9時～午後5時に電話か直接窓口でお申し込みください。 先着

うたごえ喫茶 in きよた

昔懐かしい「うたごえ喫茶」を再現。飲み物を片手に、アコーディオンの音楽に合わせて楽しく元気に歌いませんか。

日時	7月23日(金) 午後1時30分～3時30分(0時45分受け付け)
会場	区民センター 視聴覚室
定員	60人
費用	500円
申込	当日受け付け 先着
その他	飲み物(アルコール以外)は各自持参してください。

子育てママのフリールーム

子育て中のママがお子さんと一緒に情報交換や息抜きのできる場所です。読み聞かせ、人形劇などのミニイベントもあります。

日時	8月2日(月) 午前10時～正午
会場	区民センター しらかば、すずらん(和室)
申込	不要



区民ホール お試し体験始めます

文化系、音楽系の団体、学校またはグループの方に、区民ホールを無料で貸し出します。この機会に利用してみませんか。

日時	8月8日(日)、22日(日) 午後6時～8時30分 ※いずれか1日を選んでください。
利用条件	・利用中に区民の方が自由に見学をします。 ・ステージ上で活動できるものに限りません。 ・ピアノの利用はできません。
申込	7月15日(木)～19日(祝)の午前9時～午後5時に電話か直接窓口でお申し込みください。 抽選



親子クッキング

JAさっぽろから提供された清田産の野菜を使って、学校給食の人気メニューを親子で楽しく料理してみませんか。

メニュー	ビビンバ、鮭のマヨネーズ焼き、フルーツ白玉
日時	7月28日(水)、29日(木) 午前10時～午後0時30分 ※いずれか1日を選んでください。
会場	区民センター 料理実習室
対象	区内にお住まいの小学生とその保護者※初めての受講者優先
定員	各30人程度(1家族につき保護者1人、お子さん2人まで)
費用	親子2人1組500円、追加1人につき100円
申込	7月12日(月)～15日(木)の午前9時～午後5時に電話か直接窓口でお申し込みください。 抽選

清田区人材育成講座「くらし塾 きんゆう塾」

内容	①貸金業法完全施行「借り手の目線に立った方策」 講師：金融広報アドバイザー 武田 佳世子氏 ②「相続について」 講師：清田区未来ネット講師 櫻木谷 学氏
日時	8月5日(木) 午後6時45分～9時
会場	区民センター 集會室4
定員	20人
費用	無料
申込	7月11日(日)からファクスまたはEメールでお申し込みください。 先着 申込先：清田区未来ネット金融学習グループ 鯉淵 佳代 ☎ 884-3673 FAX 884-3991 E HOMIRAI@NETTO@aol.com

