

すっきりヘルシークラス～ちょいチャレ～

骨密度などの健康チェック、栄養・菌みがき・ウォーキング実習などを行う体験型の教室

▷日時 8月24日(水)、31日(水)の午後1時30分～3時30分【全2回】

▷会場 厚別保健センター ▷費用 無料

▷対象 40歳～64歳の方 ▷定員 20人【先着順】

▷申込方法 8月11日(木)～18日(木)に電話で

【申込先】厚別保健センター ☎895-1881

野菜たっぷり！簡単ヘルシークッキング

野菜についてのお話と調理実習

▷日時 8月26日(金)午前9時30分～午後0時30分

▷会場 厚別区民センター ▷費用 無料

▷定員 24人【先着順】

▷申込方法 8月11日(木)～17日(水)に電話で

▷野菜パネル展 8月25日(木)～31日(水)に野菜に関するパネル展を区民センターで実施

【申込先】厚別保健センター ☎895-1881

男性のための 楽々クッキングと元気ウォーキング

簡単な調理実習とストレッチ、ウォーキングなど

▷日時 9月13日(火)、15日(木)の午前9時30分～午後0時30分【全2回】

▷会場 厚別区民センター

▷定員 16人【先着順】 ▷費用 無料

▷申込方法 8月15日(月)～9月6日(火)に電話で

【申込先】厚別保健センター ☎895-1881

厚別区子どもまつり

巨大迷路、わたあめやヨーヨーつりなどの出店コーナー、キッズダンスや太鼓演奏など子どものためのおまつり。楽しく外国の文化に触れる国際交流イベントのコーナーもあります。

▷日時 9月4日(日)午前10時～午後3時

▷会場 ふれあい広場あつべつ(厚別中央1の5)

【詳細】子ども会厚別区事務局 ☎891-8008

コンサドーレ札幌

厚別区民応援デー



コンサドーレ札幌では日頃の感謝を込めて、厚別区民を厚別公園競技場の試合へ無料ご招待します。

▷日程 9月24日(土) 対 徳島ヴォルティス戦

▷定員 SB自由席1,000人【多数時抽選】

▷申込方法 往復はがきに観戦希望者の住所、氏名、年齢、電話番号、返信はがきの宛先を記入して送付。【9月9日(金)消印有効。1人1通のみ】

【申込先】〒062-0045 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地
コンサドーレ札幌 厚別区民観戦チケット招待係
※問い合わせ先 ☎858-5310

※応募者の個人情報、コンサドーレ札幌(株式会社北海道フットボールクラブ)が適切に管理し、返信はがきの発送および抽選以外には利用されません。

厚別区民センターからのお知らせ

■サマーコンサート

▷日時 8月28日(日)午後2時から(開場午後1時30分)

▷出演 HBC少年少女合唱団

▷定員 200人

▷費用 無料。直接会場へ

(満員の際は入場をお断りすることがありますので、ご了承ください)



■和のフィットネス『NOSS』

～日本舞踊をアレンジした健康体操～

▷日時 8月31日(水)～10月19日(水)の毎週水曜日、午後1時30分～3時30分【全8回】

▷対象 18歳以上の方 ▷定員 30人【多数時抽選】

▷受講料 4,500円

▷申込方法 8月18日(木)の午前10時30分～午後6時30分に電話で

※8月19日(金)午前11時に公開抽選会を行い、当選者に連絡

▷受講料納入 8月19日(金)～25日(木)の午前11時～午後6時30分に納入

【会場・申込先】厚別区民センター ☎894-1581

広報ラジオ番組

厚別ふれあい・ほっと・ステーション

毎週水曜 午前10時45分から

Radio D FMドラマシティ

77.6MHz生放送中!

～ 今月の放送は ～

放送日	内容
8月17日	「老人クラブ」でいきいき生活
8月24日	えべつ農業まつり
8月31日	みんなの！新さっぽろフォトコンテスト
9月7日	声の広報さっぽろ9月号

※都合により番組内容を変更する場合があります。