



1月1日からの内容です

※各施設の所在地は本誌西区版1ページをご覧ください。

人口 211,462人 男 97,895人
(前月比 -214) 女 113,567人
世帯数 97,283世帯 (前月比 -99)
(平成23年12月1日現在)



新しい年の始まりです。自分にもできるエコ活動を始めてみませんか？

今月の環境標語

「さんかくやまへエがるた」より

よろしくね
さんかくやまへエと
エコかつどう

西区成人式のご案内

日時 1月9日(祝)午後1時
〜2時30分(開場は午後0時45分、式典は午後1時30分から)

会場 西区体育館。

対象 平成3(1991)年4月2日
〜平成4(1992)年4月1日生ま
れの方。

※案内状が無くても参加でき
ます。直接会場へ。

【詳細】 西区地域振興課TEL(641)
2400内線237

西区保育フェスティバル

日時・内容 1月18日(水)、
19日(木)午前10時〜午後5時
保育相談や保育園の写真展
1月25日(水)午前9時30分〜
10時30分、午後1時〜2時
ゲーム、合唱^か。

会場 西区民センター。

費用・申込 無料。不要。

【詳細】 西区社会福祉協議会TEL(641)

西保健センターから

①胃がん・大腸がん検診
日時 1月28日(土)、29日(日)、

2400内線459、発寒わんぱ
く保育園TEL(590)1890

西健康づくりセンター ヘルシーダイエットクッ キング〜バイキング編〜

内容 おいしくてヘルシーな
ダイエットメニューを栄養講
話、調理実習により学ぶ。

日時 1月26日(木)午前10時
30分〜午後1時。

対象 18歳以上の男女。

定員・費用 20人。千300円。

申込 1月17日(火)までに直
接来館か電話、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TEL(618)8700、Eメー
ル west-school@shsf.jp

2月3日(金)。受け付け11午
前9時〜10時。

会場 西区民センター(2月
3日(金)は西保健センター)。

対象 本年度の胃がん・大腸
がん検診を未受診の40歳以上
の市民。

費用 胃がん検診700円、大腸
がん検診400円。

※70歳以上の方、65歳以上の
後期高齢者医療被保険者の方、
生活保護世帯の方、市民税非
課税世帯の方、大腸がん検診
無料クーポン券対象の方は無
料。受診の際に各種証明書類
をお持ちください。

申込 各検診日の10日前まで
に電話かファクス、Eメール
で。

申込先 市コールセンターTEL
(22)4894、FAX(21)489
4、Eメール info4894@city.
sapporo.jp

②健康づくり講座「ヘルシー
ステップアップ研修会」〜体
にいいこと始めよう!〜

内容 調理実習、ノルディッ
クウォーキング体験^か。

日時 1月25日(水)、2月1
日(水)11時30分〜3時
30分、2月9日(木)11時前
9時30分〜正午。全3回。

会場 西保健センター^か。

対象 全3回受講可能で、運
動に支障のない方。

定員・費用 30人。無料。

申込 1月10日(火)〜20日

(金)に電話で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL
(22)4894

③男の食まつり
内容 調理実習と交流会。

日時 1月20日(金)午前9時
〜午後1時30分。受け付け11
午前8時45分から西保健セン
ター2階。

会場 西保健センター^か。

対象 食を通じた健康づくり
に関心のある男性。

定員・費用 15人。無料。

申込 1月10日(火)から電話
で。先着順。

申込先 西保健センターTEL
(621)4241

【詳細】 西保健センターTEL(621)
4241

第12回 西区民雪合戦大会



日時 2月26日(日)午前9時
〜午後3時。

会場 農試公園多目的広場
(八軒5西6)。

対象 西区に在住か通勤・通
学の方が主なメンバーである
チーム。

種目・定員 ①小学生の部(小
学4〜6年生)②一般の部(中
学生以上)。1チームは7〜

10人。男女混合可。監督は成人
費用 ①1チーム千500円②1
チーム2千500円。

申込 1月16日(月)〜2月6
日(月)に所定の申込書を直接
持参(受付時間は月・金曜の
午前9時〜午後5時)か送付
ファクスで。多数時抽選。

※申込書は西区民センター、
区内各地区センター、各まち
づくりセンター、各児童会館、
西区体育館、左記^かで配布。

その他 2月13日(月)午後6
時30分から、西区民センター
で監督会議などを行います。

【申込先・詳細】 西区地域振興課
(〒063-8612 琴似2-1-7) TEL(641)
2400内線237、FAX(641)2455

西野地区センター図書室
冬休み子ども映画会

日時・内容 1月13日(金)午
前11時〜11時30分「たまご
にいちゃん」。

会場 西野地区センター集会室。

対象 幼児〜小学生。

費用・申込 無料。不要。直
接会場へ。

【詳細】 西野地区センターTEL(666)
5550

「ちあさる・にし子育て講座
『どうする? いやだいやだ』

内容 子どもの自己主張の捉
え方や親の関わり方について

2012 ● 広報さつぽろ 西区 4