

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
⑦ 返信先(往復はがきの場合) ※申し込みは1人(1組)1通です

こぐま座 〒064-0931 中央区中島公園内 ☎512-6886 FAX 512-6886

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
かもく祭	ゲーム、人形劇、楽器演奏など	7/1(日)10時30分～16時	コーナーにより実費負担あり	当日直接会場へ。会場はこぐま座、中島児童会館(中央区中島公園内)
公演 子ども(要確認)	【人形劇】 ①6/15(金)13時、14時、15時、16時、16(土)11時、12時、13時、14時、15時、16時=さっぽろまつり公演 ②6/17(日)11時、14時=ひよこ「ねずみくんのチョコッキ」「ねずみのすもう」ほか ③6/20(水)、21(木)11時=ばびぶ&てぶくろ「幼児のためのちいさな劇場」(要予約。6/12(火)から☎) ④6/23(土)11時、14時、24(日)11時=ばびぶ&てぶくろ「はしれうさぎくん」ほか ⑤7/7(土)、8(日)11時、14時=オベレ「いどのおはなし」ほか			

健康づくりセンター

■中央健康づくりセンター 〒060-0063 中央区南3西11 ☎562-8700 FAX 562-2130 Ecentral-school@shsf.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
女性のフレッシュ健診	健康診断(血液検査等)と骨粗しょう症検診の同時受診	6/19～7/10の火曜8時30分～12時	市内に居住か通勤する18歳～39歳の女性各日30人。2,000円	6/15(金)から中央健康づくりセンターへ☎。(先着)。6/12(火)からHPでも別枠分を受け付け
膝すこやか体操教室 しっかりコース	膝関節の痛みなどの予防・改善のためのストレッチや筋力トレーニング	7/6～9/28の火・金曜(8/14を除く)10時～11時30分。全24回	17人。16,500円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、6/21(木)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
肩のコリとり集中講座	運動で肩凝りの予防や改善を行う	7/14～9/15の土曜16時10分～17時20分。全10回	15人。5,600円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、6/27(水)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
お父さんのためのナイトフィットネス	働き盛りの方の体力維持・増進と肥満予防のためのフィットネス	①7/19～8/23の木曜19時15分～20時15分、②7/20～8/24の金曜19時～20時、③7/21～8/25の土曜18時～19時。いずれも全6回	20歳以上の方各20人。3,200円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、7/4(水)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
子ども運動塾 子ども	跳び箱、鉄棒、マット運動を遊びながら楽しく習得 ①3日間コース ②5日間コース	①は7/20(金)～22(日)、②は7/25(水)～29(日)。いずれも8時30分～9時30分	①は4歳～6歳の未就学児21人、2,200円。②は小学1年～6年24人、3,400円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日、性別を記入し、①は7/6(金)、②は13(金)(いずれも必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)

■西健康づくりセンター 〒063-0841 西区八軒1西1 ☎618-8700 FAX 618-8704

行事名	内容
運動教室 子ども(要確認)	【要確認】有料。いずれも全3回。申し込みは6/23(土)までにはがきを送付か、E(west-school@shsf.jp)、直接。(抽選)。HP ①子どもの体育(幼児、小学生)=7/4(水)開講

中央図書館 〒064-8516 中央区南22西13 ☎512-7320 FAX 512-7110

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
札幌の語り部サロン	郷土関連図書を出版した浦田久氏が当時の街並みについて講話	6/24(日)13時30分～15時	50人。無料	当日会場へ直接。(先着)。問い合わせは☎512-7330
一日司書体験 子ども	図書の貸し出しや返本、書棚整理などを体験	①6/30(土)13時30分～16時、②7/14(土)13時～16時	各8人。①は小学3年～6年、②は中高生。いずれも無料	往復はがきに上欄必要事項を記入し、①は6/13(水)、②は25(月)(いずれも消印有効)までに中央図書館へ。(抽選)
図書館デビュー 子ども	来館者に読書ノートとデビュー認定証を進呈	7/1(日)。14時30分～15時にイベントあり	未就学児と保護者。無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎512-7330

18時。ちえりあ(14歳)。
演「イル・カンピエッロ」
6月15日(金)19時、16日(土)18時。

市民劇場

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
45分。市役所ロビー。

市民ロビーコンサート

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261

市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261
市民文化課(21) 2261



お知らせ
 の見方

趣味・教養

おでかけ

レジャー・スポーツ

子ども・子育て

暮らし

事業者向け

福祉・健康

保険・年金

税金

いへん座

健康センター

中央図書館

広告

¥5千円〜6千円。
 △熊本利絵フルートトリサイタル▽
 日 6月16日(土)19時。
 所 ザ・ルーテルホール(中央区大通西6)。
 ¥2千500円。学生千500円。
 △語り動く響き公演「夢の方舟」-漱石・夢十夜より▽
 日 6月23日(土)15時、19時。
 所 コンカリーニョ(西区八軒1西1)。
 ¥3千円。前売り2千500円。
 △東区邦舞会第25回記念邦舞まつり▽
 日 7月1日(日)10時30分。
 所 サンプラザ(北区北24西5)。
 ¥千800円。
 ※チケットは市内プレイガイドなどで発売。詳しくはお問い合わせください。
 問 市民芸術祭実行委員会(教育文化会館内) ☎(27)5822

△サッポロ・シティ・ジャズ
 △サッポロサウンドスクエア▽

内 気軽に楽しめる無料ライブ。
 日 6月22日(金)18時30分。
 所 駅前通地下北3条広場。
 △シティジャズクルーズ▽
 内 地上155階で夜景を望みながらジャズと食事を楽しむ。
 日 6月25日(日)18時30分。
 所 ¥JRタワーホテル日航(中央区北5西2)。1万円。
 日 JRタワーホテル日航(25)2200へ。
 問 サッポロ・シティ・ジャズ実行委員会(芸術の森内) ☎(592)4125

500m美術館企画展
 「口常の冒険」
 内 若手作家11人の作品を展示。
 日 7月27日(金)まで。地下鉄東西線大通駅バスセンター前駅間の地下コンコース内。
 問 国際芸術展担当 ☎(21)2314、HP
 日 7月26日(木)、27日(金)10時

15時。埋蔵文化財センター。小学生以上の方各50人。小学生は保護者同伴。
 往復はがきに上欄必要事項を記入し、6月30日(土)(必着)までに埋蔵文化財センター(〒064-0922中央区南22西13)へ送付。(抽選)
 問 市コールセンター ☎(22)4894、HP

アイヌ民族古式舞踊市民交流
 内 古式舞踊(輪踊り)を体験。
 日 6月17日(日)15時30分〜16時30分。
 問 アイヌ文化交流センター(南区小金湯27) ☎(596)5961、HP
 サクラの種取植え付け体験会
 内 園内のサクラから種を採取し、植え付け作業を行う。
 日 6月24日(日)9時30分〜12時。
 所 モエレ沼公園。
 対 ¥小学生以上の方5人。小学生は保護者同伴。50円。

先着
 申込先 問 モエレ沼公園(東区モエレ沼公園) ☎(790)1231、FAX(792)25955

大人のための自然学校
 内 初夏のトレッキング体験。
 日 7月19日(木)10時〜15時。
 所 小樽市オタモイ海岸。
 対 18歳以上の方20人。
 ¥3千円。
 申 はがきを上欄必要事項と性別、生年月日を記入し、7月12日(木)(必着)まで。(抽選) HP
 申込先 問 青少年女性活動協会(〒005-0862南区滝野106滝野自然学園内) ☎(591)8780

11月15日(木)(必着)まで。選考あり。HP
 問 下水道河川部経営管理課 ☎(818)3452

高年齢者市民講座
 中央区会場 6月13日(木)13時10分〜15時50分。日本人のルーツを探る。逆流性食道炎をご存じですか。社会福祉総合センター(中央区大通西19)。
 東区会場 6月15日(金)13時30分〜15時40分。思い出の映画音楽を聴く。古文書を楽しもう。東区民センター(東区北11東7)。
 西区会場 6月20日(水)13時30分〜15時50分。写楽10カ月の転変。少子高齢化問題。西区民センター(西区琴似2の7)。
 南区会場 6月23日(土)13時30分〜15時40分。投げ供える賽銭の疑問。十和田湖と奥入瀬。南区民センター(南区真駒内幸町2)。
 問 高齢福祉課 ☎(21)2976

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
⑦ 返信先(往復はがきの場合) ※申し込みは1人(1組)1通です

さつぽろ
**おでかけ
ガイド**
SAPPORO ODEKAKE GUIDE

芸術の森

40畝に及ぶ広大な森に、美術館や工房、野外ステージなどが点在します。芸術鑑賞や工芸体験を楽しめるほか、緑が美しいこの時期は芝生の上でのピクニックにも最適です。



気軽にものづくりを楽しもう!

ふらっとクラフト体験

陶器作りや絵付けなど、講師が付かない簡単な工芸を、予約なしで体験できます。気軽に自分だけの作品を作ってみませんか。

日時 毎日10時~16時
会場 クラフト工房
料金 300円~2,000円
申込 当日クラフト工房窓口
に直接



▲陶芸たまづくり体験
▲陶芸絵付け体験の作品例。その他、缶バッジ作りも人気です。



時計台まつり記念演奏会

- 内 のこぎり音楽と歌の競演。
日 6月27日(水)19時~20時30分。
定 120人。
申 往復はがきに上欄必要事項を記入し、6月13日(水)(必着)まで。(抽選)
申 込先 時計台まつり実行委員会(〒060-0001中央区北1西2時計台内) ☎(251)5944、HP
市民ギャラリー催し
▲教文13丁目笑劇一座出張公演
日 7月8日(日)14時~15時。
▲美術映画会
内 日本の国宝・至宝。
日 7月13日(金)17時~18時。

資料館催し

- ▲初心者対象の陶芸講習会
内 皿や茶わんなどの器を作る。
日 7月20日(金)、21日(土)、22日(日)10時30分~12時30分。20日のみ13時30分~15時30分も開催。
対 小学生以上の方各回20人。
料 千800円。
申 込先 6月20日(水)から。(先着)
申 込先 市民ギャラリー(中央区南2東6) ☎(271)5471
資料館催し
▲①教養講座
内 アイヌ民族の生活と文化。
日 6月24日(日)13時30分~15時。
対 15歳以上の方50人。
▲②暮らしに関する法律講座
内 男と女のトラブル。
日 7月5日(水)13時30分~15時。

自然体験活動セミナー

- 対 20歳以上の方50人。
※①②の申、FAX。上欄必要事項を記入し、6月11日(月)から。(先着) HP
申 込先 資料館(中央区大通西13) ☎(251)0731、FAX(271)5921
①野外炊事、キャンプファイヤー^か、②昆虫の生態観察、ネイチャーゲーム^か。
日 所①は6月23日(土)~24日(日) ②は7月7日(土)10時~16時
北方自然教育園(南区白川181)。
対 18歳以上の方各30人。
料 ①は2千500円、②は千円。
申 はがき、☎、FAX。上欄必要

札幌マラソン

特別ゲストに増田明美さんをお迎えします。
種目 男女年代別ハーフ(通過制限時間あり、先着6千人)・10^キ(先着4千人)、オープン・車いす5^キ・中学生3^キ・小学生3^キ・2^キ・ファンペア3^キ・2^キ。



事項を記入し、①は6月15日(金)、②は29日(金)(いずれも必着)まで。(抽選)
申 込先 生涯学習推進課(〒060-0002中央区北2西2STV北2条ビル) ☎(211)3872、FAX(211)3873

北海道森林スポーツフェスタ

内 森林マラソン(5^キ・16^キ)、森林浴ウォーク。
問 健康スポーツ財団 ☎(530)5562

豊平峡日帰り入浴パック

内 電気バス往復と温泉入浴。
日 10月28日(日)まで。
料 千150円。小学生700円。
所 豊平峡(南区定山溪840) 電気自動車 ☎(598)3452
保養センター駒岡催し

へもりの仲間のおまおか朝市

内 南区産の野菜や果物の即売。
日 第2・4日曜9時~10時。
※6月24日は7周年を記念し、フリーマーケットなどを開催。
内 駒岡サウンドフェスタ
内 ジャズやロックの演奏会。
日 7月1日(日)11時~16時30分。
▲初級パークゴルフ講習会
日 7月11日(水)・12日(木)9時~15時。

クーポン

