



厚別区からの

お知らせ

8月11日からの内容を掲載しています

主な札幌市施設・窓口の一覧

厚別区役所	☎895-2400 (代表)
厚別保健センター	☎895-1881
厚別区民センター	☎894-1581
厚別図書館	☎894-1590
厚別消防署	☎892-2100
(所在地 厚別中央1の5)	
厚別区土木センター	☎897-3800
(所在地 厚別町下野幌45-39)	

各地区のまちづくりセンター

厚別中央 (厚別中央4の3)	☎891-3907
厚別南 (厚別南1)	☎891-1666
厚別西 (厚別西2の3)	☎891-4555
もみじ台 (もみじ台北7)	☎897-6121
青葉 (青葉町3)	☎892-8177
厚別東 (厚別東4の4)	☎897-2885
東部市税事務所	☎802-3912
(所在地 大谷地東2)	

計画停電の実施により、掲載されている行事などが中止・変更となる場合があります。
詳細は各施設などにお問い合わせください。

区役所から

区役所にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

子育てボランティア講習会 HP

子育てサロンやイベントなどで、子育て家庭を応援するボランティア活動を始めてみませんか？

▷ **内容** 子育ての基礎知識などを学ぶ講話、実技

▷ **日時** 8月27日(月)、28日(火)10時～12時と、
9月3日(月)～7日(金)の期間に子育てサロン
体験を1回【全3回】

▷ **会場** 厚別区役所 ▷ **費用** 無料

▷ **対象** 子育て支援に興味のある方 (性別不問)

▷ **定員** 15人【先着順】

▷ **申込方法** 8月13日(月)9時から電話で

申込先 健康・子ども課子育て支援係 ☎895-2400内線507

＜あつべつ健康・福祉フェスタ関連事業＞ 区民交流ウォーキング大会

▷ **日時** 9月14日(金)9時30分から
(受け付けは、9時から) ※雨天中止

▷ **集合場所** ふれあい広場あつべつ
(厚別中央1の5)

▷ **コース** 南郷通、厚別停車場通、旧馬場農場
サイロ、信濃神社、もみじ橋などを巡る約6km

▷ **定員** 100人【先着順】

▷ **費用** 無料

▷ **申込方法** 9月4日(火)から電話で

申込先 札幌市コールセンター ☎222-4894

知って得する健康管理のコツ

▷ **日時** 8月23日(木)、30日(木)13時30分～15時30分
【全2回】

▷ **会場** 厚別保健センター

▷ **内容** 生活を見直すための講話、血圧・体脂肪・
骨密度などの測定、歯ブラシ圧測定などの体験、
屋外ウォーキング実習、交流会

▷ **対象** 40歳～64歳の方 ▷ **定員** 20人【先着順】

▷ **費用** 無料

▷ **申込方法** 8月13日(月)～22日(水)に電話で

申込先 厚別保健センター ☎895-1881

子育てママのイキイキ食育教室

▷ **内容** お母さんの健康と成長期のお子さんの
食生活についての講話、家でできる筋トレ・
ストレッチなどの運動体験、骨密度測定。

▷ **日時** 8月28日(火)10時～12時

▷ **会場** 厚別区民センター ▷ **費用** 無料

▷ **対象** 小学生以下の子どもの保護者。託児あり

▷ **定員** 40人。託児20人【先着順】

▷ **申込方法** 8月13日(月)～24日(金)に電話で

申込先 厚別保健センター ☎895-1881

両親学級 HP

育児実習、妊婦疑似体験など初めての赤ちゃんを
迎える準備のための教室

▷ **日時** 9月7日(金)18時30分～20時30分

▷ **会場** 厚別保健センター

▷ **対象** 第1子の出産予定が今年11月～来年2月の夫婦

▷ **定員** 40組【先着順】 ▷ **費用** 無料

▷ **申込方法** 8月20日(月)～31日(金)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。

▷ **日時** 9月2日(日)10時～15時 ※雨天時は9月23日(日)

▷ **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

簡単ヘルシー！ベジタブルクッキング

8月は野菜摂取強化月間です。野菜をおいしく食
べるコツや、旬の野菜を使った料理をご紹介します。

▷ **日時** 8月24日(金)9時30分～12時30分

▷ **会場** 厚別区民センター

▷ **定員** 24人【先着順】 ▷ **費用** 無料

▷ **申込方法** 8月13日(月)～17日(金)に電話で

申込先 厚別保健センター ☎895-1881