

清田の野菜を知ろう！食べよう！地産地消講演会

清田区で作られている野菜について理解を深め、地産地消について考えてみませんか。

- 内容** ①講演「わかりやすい！地産地消の意味と実践」
講師 HUGマート 企画・コーディネーター 引地 孝氏
- ②講演「清田区でとれる農産物」
講師 JAさっぽろ東経済センター センター長 浅井 琢氏
- ③区役所食堂・「ポーラちゃんのうた」の紹介

日時 10月1日(火) 13時30分～15時
会場 区役所3階 大会議室
対象 区内にお住まいの方
定員・費用 80人・無料
申込 9月19日(木)までに下記へ電話でお申し込みください(8時～21時)。**抽選**
市コールセンター ☎222-4894

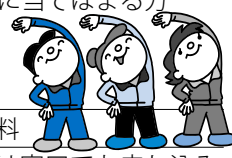
その他 清田区産ほうれん草「ポーラスター」を差し上げます。
詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2049



健康貯筋講座

今後生活を楽しく健康的に過ごすために、日頃の生活習慣を振り返るとともに、食事の工夫や運動をして「健康貯筋」しませんか。

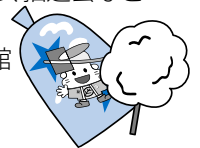
日程	内容
【1日目】10月31日(休) 13時30分～15時30分 (13時15分受け付け開始)	・身体測定(身長、体重、腹囲、体脂肪、基礎代謝量、血圧など) ・管理栄養士講話「賢く食べてカラダすっきり！」
【2日目】11月1日(金) 13時30分～16時 (13時15分受け付け開始)	・運動実技「ラクして燃焼♪ノルディックウオーキングを始めよう」 ・交流会
会場 【1日目】区役所2階 保健センター講堂 【2日目】区役所3階 健康増進フロア ※好天時は外も歩きます。	
対象 区内にお住まいで下記のすべてに当てはまる方 ①40歳以上65歳未満 ②運動制限なし ③2日とも参加可能	
定員 20人	費用 無料
申込 10月1日(火)～25日(金)に電話または窓口でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く)。 先着	
持ち物 【1日目】筆記用具 【2日目】筆記用具、室内用運動靴、タオル、飲料水	
その他 2日目は動きやすい服装でご参加ください。	
申込先・詳細 : 健康・子ども課健やか推進係(2階12番窓口) ☎889-2049	



平岡地区 **第2回平岡ふれあいまつり**

平岡地区の皆さんが集い、交流し、楽しく過ごす地域のお祭りです。

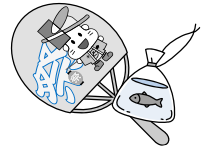
- 内容** ステージイベント(和太鼓・中学生の吹奏楽演奏など)、秋の味覚販売、チャリティーバザー、綿あめ、抽選会など
- 日時** 9月15日(日) 10時～15時
会場 平岡中央小学校(平岡5条3丁目)体育館
詳細 平岡まちづくりセンター
☎883-7100



清田地区 **清田地区ふれあいまつり**

清田地区の福祉活動をテーマに、子どもからお年寄りまでみんなが楽しく交流する一日です。

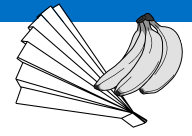
- 内容** ステージイベント(和太鼓演奏など)、軽食コーナー、秋の味覚販売、チャリティーバザー、子ども縁日など
- 日時** 9月16日(祝) 10時～15時
会場 区民センター(清田1条2丁目)
詳細 清田まちづくりセンター(区民センター内) ☎883-7600



里塚・美しが丘地区 **町連秋まつり**

子どもから大人まで地域の皆さんが集い、ふれあう手作りのお祭りです。

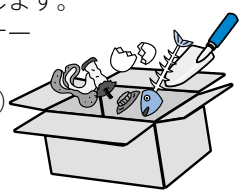
- 内容** パナナのたたき売り実演、出店、はしご車乗車体験、生ごみたい肥化講座、野菜販売など
- 日時** 9月29日(日) 10時～14時30分
会場 里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁目)
詳細 里塚・美しが丘まちづくりセンター(里塚・美しが丘地区センター内) ☎884-1210



生ごみ堆肥化セミナー

生ごみを家庭で堆肥化する方法を伝授します。

- 内容** 段ボール箱を使った堆肥化セミナー
- 日時** 10月7日(月) 13時30分～15時
会場 清田中央総合会館(清田6条2丁目)
定員 50人程度
費用 無料
- 申込** 10月5日(土)までに下記へ電話(10時～16時。日曜、祝日を除く)、ファクスまたはEメール(日時、会場名、住所、氏名、電話番号を明記)でお申し込みください。**先着**



生ごみ堆肥化相談窓口

- ☎/FAX(621)5318 E kitagomi@alles.or.jp
- その他** 堆肥化セット(段ボール箱と堆肥化基材)を差し上げます。
詳細 環境局ごみ減量推進課 ☎211-2928

広告