

本文中の記号の見方

内 = 内容 日 = 日時 所 = 会場 対 = 対象 定 = 定員 費用 = 費用 申 = 申込
 他 = その他 問 = 問い合わせ先 電話 = 電話 E = Eメール 先着 = 先着順 抽選 = 多数時抽選

広告

両親教室

新しい家族を迎えるための心の準備や親の役割を学ぶ教室です。ぜひお二人でご参加ください。

内 講話「先輩パパからのメッセージ」、育児実習「赤ちゃんの抱き方・お風呂の入れ方」、お父さんの妊娠体験実習。
日 10月25日(金) 18時30分～20時30分(18時受け付け開始)。
所 区役所2階 保健センタ
 ↓ 講堂。

対 出産予定日が平成25年12月～平成26年3月の初妊婦と夫。
費用 無料。10月15日(火)～23日(水)に電話でお申し込みください(土・日曜日を除く)。
申込先・詳細 健康・子ども課
 (889)2049



地域健康教室

医療と保健をテーマに最新の情報をお届けします。「更年期とは」。

講師 清田ウイメンズクリニック 院長 萬 豊氏。
日 10月31日(木) 14時～15時。
所 区役所2階 保健センタ
 ↓ 講堂。
費用 無料。不要。
詳細 健康・子ども課 健やか推進係
 (889)2049

赤ちゃんママさん会

妊娠中の方や子育て中のママのための教室です。
内 栄養と歯の相談会。※管理栄養士や歯科衛生士に相談できます。

日 10月29日(火) 10時30分～12時(10時受け付け開始)。
所 区役所2階 保健センタ
 ↓ 講堂。
対 22歳以下で現在妊娠中の方または子育て中のお母さん。

費用 無料。
日 10月11日(金)～25日(金)に電話(土・日曜、祝日を除く)またはEメール(氏名、参加されるお子さんの氏名と生年月日を明記)でお申し込みください。

申込先・詳細 健康・子ども課 健やか推進係
 (889)2049
 sukoyaka.phn@city.sapporo.jp

おしゃべりHOT・タイム

乳幼児の子育てや家族のことなど保護者同士でおしゃべりしませんか。
日 11月13日(水)・14日(木)(全2回) 10時～11時30分。
所 区役所3階 中会議室。
対 区内にお住まいで就学前のお子さんを育てている保護者。

定員 10人。無料。
日 10月15日(火) 9時から電話でお申し込みください(土・日曜、祝・休日を除く)。
他 託児あり。
申込先・詳細 健康・子ども課 子育て支援係
 (889)2052

子育てサークル交流会

みんなでゲームをしたり出し物を見たり、楽しく交流しませんか。
日 11月22日(金) 10時～11時30分。
所 区役所3階 健康増進フロア。
対 区内の子育てサークルに入会中、または関心のある親子。

申込先・詳細 健康・子ども課 子育て支援係
 (889)2052

里美ふれあいクラブ 第6期パソコン講座

内容	iPad(アイパッド)活用講座		
日時	11月11日(月)・12日(火)・13日(水)・18日(月)・19日(火)・20日(水)(全6回) 9時45分～11時45分		
会場	里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁目) 視聴覚室		
対象	iPadに興味のある方		
定員	20人	費用	6,500円
申込	10月24日(木)まで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)。 抽選		
申込先・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		

住民集団健康診査

※予約不要

内容 特定健診、後期高齢者健診、生活保護受給世帯・支援給付世帯健診、肺がん検診(40歳以上)、緊急肝炎ウイルス検査

日時	会場	会場
10月17日(木) 9時30分～11時	里塚緑ヶ丘町内会館	里塚緑ヶ丘10丁目
10月17日(木) 13時30分～15時	北野連合会館	北野4条2丁目
10月30日(水) 9時30分～11時	清田中央会館	清田4条2丁目
10月30日(水) 13時30分～15時	北野会館	北野6条5丁目
11月1日(金) 9時30分～11時	里塚・美しが丘地区センター	里塚2条5丁目
11月1日(金) 13時30分～15時	春風台会館	平岡4条3丁目
11月10日(日) 9時30分～11時30分、13時30分～15時	区民センター	清田1条2丁目

詳細: 健康・子ども課 健やか推進係 (889)2049

費用 無料。
日 10月17日(木) 9時から電話でお申し込みください(土・日曜、祝・休日を除く)。
申込先・詳細 健康・子ども課 子育て支援係
 (889)2052