



1月1日~2月10日の西区からのお知らせ

人口 201,520人 男 95,160人
 (前月比+18) 女 106,360人
 世帯数 84,818 世帯(前月比+89)
 (平成13年12月1日現在)

案内板

「アダプト・プログラム」
 がビデオになりました

新しい市民参加型の環境美化活動として平成13年5月にスタートした「アダプト・プログラム西区モデル事業」。その取り組みがビデオになりました。

西区総務企画課、各連絡所で視聴できるほか、総務企画課ではテープの貸し出しも行っています。

詳しくは下記までお問い合わせください。

詳細 西区総務企画課
 641-2400内線227



<がん検診料金表>

	40歳以上	39歳以下
胃がん・大腸がん検診(セット)	800円	7,822円
胃がん検診のみ	500円	5,197円
大腸がん検診のみ	600円	2,625円

西区民雪合戦大会

日時 3月3日(日)。午前8時~午後2時
 会場 農試公園多目的広場(八軒5西6)。

対象 西区在住か、通勤通学している小学4年生以上の方。

種目 小学生の部「9チーム(小学4~6年生、男女混合可。代表者または監督は成人とすること)一般の部「8チーム(中学生以上、男女混合可)。

申込 1月24日(木)~31日(木)午前9時~午後5時
 7人以上でチームをつくり、左記で配布している申込用紙に必要事項記入の上、提出。先着順。
 申込書配布場所 西区地域振興課 西区民センター(ともに琴似2・7)、西野地区

西保健センターから

すこやか料理教室
 ~気軽に楽しんで料理をしてみませんか~

申込先・詳細 西区地域振興課活動係 (641)2400内線236~238

はっさむ地区センター講座

手話入門

日時 2月6、13、20、27日、3月6、13、20、27日(すべて水曜日)の全8回

午後6時30分~8時30分
 定員・費用 16人。受講料3千900円、教材費800円
 申込 1月15日(火)~18日(金)。午前9時~午後5時に電話で。先着順。

申込先・詳細 はっさむ地区センター (662)8411

胃がん・大腸がん検診
 本年度未受診の方のため
 検診日を設けました。
 日時 1月25日(金)、29日

(火)、30日(水)、31日(木)午前8時45分~10時に受け付け。検診は午前中で終了。
 会場 西保健センター(琴似2・7)。
 費用 右表参照。ただし、老人医療受給者、40歳以上で生活保護世帯の方が市民税非課税世帯の方は、無料受診の際に受給者証または証明書をお持ちください。
 申込 1月18日(金)までに電話で予約。

高脂血症予防教室

~サラサラ血液になろう~
 1月29日(火)コドロドロ血液からサラサラ血液になろう。

2月1日(金)「身体を動かしてみよう」。
 3月19日(火)「いきいきした毎日を送るために」。

会場 西保健センター

西区民センター(ともに琴似2・7)。

対象 コレステロール値が高いといわれたことがあり服薬治療をしていない69歳以下の方。
 定員・費用 40人。無料。
 持ち物 健康手帳、筆記用具、健康手帳、運動しやすい服装。
 申込 1月15日(火)~18日(金)。午前8時45分~午後5時15分に電話で。先着順

健康づくりサポーター養成研修「楽しい健康づくり教室」
 仲間と地域で楽しく続けられる健康づくりを学びませんか。
 内容 体力測定、太極拳、講話など。

日時 1月28日(月)、2月5日(火)、12日(火)、19日(火)、25日(月)。いずれも午後1時30分~3時30分
 5回で1コース。
 会場 西保健センター(琴似2・7)。
 定員・費用 40人。無料。

申込 1月11日(金)~18日(金)。午前8時45分~午後5時15分に電話で。先着順

申込先・詳細 西保健センター (621)4241