

総務企画課 企画調整担当から

YOSA KOIソーラン 祭り会場ボランティア募集

6月22日(土)、西友手稲店駐車場(前田1条11丁目)で開催するYOSA KOIソーラン祭りinていねの会場ボランティアを募集します。
募集内容 参加チームへの飲み水の提供、会場警備、清掃救護など。
申込 6月19日(水)までに電話でお申し込みください。
まちづくり情報誌であなたの活動をPR

まちづくり活動団体の情報

●水と畳のイキイキ運動 受講生募集●

手稲区体育館 (曙2条1丁目 ☎684-0088)

【対象】16歳以上の男女、先着30人。ご年配の方でも安心して受講できるカリキュラムです(水着、水泳キャップ持参)。
【内容】プール(火曜日)~手稲曙温水プール(曙2条1丁目)で、リズムに合わせて無理なく水中ウォーキングを行います。
体育館(金曜日)~ストレッチを中心とした健康体操を行います。
【申込】5月31日(金)~6月7日(金)の午前9時~午後8時。受講料持参(電話不可)。

期間(回数)	曜日	時間	受講料(65歳以上)
6月21日~7月23日(全10回)	火	プール:午後2時~3時	5,100円(3,100円)
	金	体育館:午後1時~2時30分	

*受講料のほか毎回体育館施設利用料(一般390円、65歳以上130円)とプール施設利用料(一般580円、65歳以上140円)が必要となります。
*実施期間については、やむを得ず変更する場合があります。
*定員に満たない場合は、中止することがありますのでご了承ください。

手稲保健センターから

前田1条11丁目 ☎681-1211

ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ

下表の日程で、生後3カ月から7歳6カ月未満のお子さんに、ワクチン服用を行います。なお、昭和50年から52年に生まれた方については、ポリオウイルス常在国に渡航するときや、お子さんがポリオワクチン接種を受けるときに、再度、ポリオワクチンの予防接種を受けることをお勧めします(有料)。詳細は、お問い合わせください。
*母子手帳と、必要事項を記入した予診票をご持参ください。体温は、当日服用前に会場で測ります。

月	日(曜日)	会場	時間
5	10(金)	新発寒地区センター(新発寒5-4)	午後1時30分~2時30分
	13(月)	手稲保健センター(前田1-11)	
	16(木)	星置地区センター(星置2-3)	
	20(月)	手稲保健センター(前田1-11)	
	24(金)	手稲コミュニティセンター(手稲本町3-1)	
	29(水)	手稲保健センター(前田1-11)	

当日は、駐車場が混雑いたしますので、公共交通機関をご利用ください。

地区健康相談のお知らせ

検診内容 胸部X線撮影、血圧検査、尿検査。40歳以上の方を対象に 無料で血液検査(肝機能、血中脂質、貧血検査、血糖など) 有料でC型肝炎・B型肝炎ウイルス検査 医師が必要と認めた場合、心電図検査(検査料800円)を行います。住所・年齢を確認できるもの(運転免許証・健康保険証等)を持参。なお、老人医療費受給者証をお持ちの方と生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は無料ですので、それらを証明するものをお持ちください。

実施日	時間	会場
5月14日(火)	午前9時30分~11時	稲穂会館(稲穂3-5)
	午後1時30分~3時	新発寒地区センター(新発寒5-4)
5月15日(水)	午前9時30分~11時	新発寒わらび会館(新発寒3-5)
	午後1時30分~3時	新陵小学校(新発寒6-6)

上履きをご持参ください。

本気で、たばこをやめませんか? *参加料無料

内容	保健師などが禁煙を無理なく行える方法を皆さんの状態に応じて、個別にアドバイスいたします。
対象員	禁煙を希望し、3ヵ月間で計2、3回程度保健センターに来所できる方。先着15人。
申込	5月13日(月)~20日(月)の午前9時~午後5時に電話でお申し込みください。

誌「いね」との次号(7月1日発行予定)に掲載を希望する団体を募集します(営利目的のものは除く)。掲載内容は、団体の活動内容、参加者の募集、事業のPRなどです。
申込 5月31日(金)までに所定の申込用紙に内容を記入して提出してください。
音楽の仲間たちin
ていねの森出演団体募集
7月28日(日)、前田森林公園で行う野外コンサートの出演団体を募集します。対象は区内で活動しているクラシック、ジャズなどの器楽演奏団体です。
申込 5月17日(金)までに電話でお申し込みください。選考

のうえ決定します。
【詳細】総務企画課企画調整担当 ☎(681)2400 内線219・227
手稲コミュニティセンターから
ワード初級講座(全6回)
対象 区内にお住まいの15歳以上の方(学生は除く)。
日時 5月20日(月)から25日(土)まで毎日。午前の部・午前10時から正午まで。午後の部・午後1時30分から3時30分まで。
定員、とも20人。
費用 受講料3千400円、教材費千円。一度納入した費用は
お返しできません。

申込 1人1講座まで。5月13日(月)午前9時45分から10時まで費用持参のうえ、同センター(手稲本町3条1丁目)へお越しを。定員を超えた場合は、午前10時から抽選。電話不可。
フラダンス講座(全8回)
対象 区内にお住まいの15歳以上の方(学生は除く)。
日時・定員 5月30日から7月18日までの毎週木曜日。午前10時から11時15分まで。先着15人。
費用 3千900円。
申込 5月15日(水)午前10時から受講料持参のうえ、同センターへお越しを。電話不可。

一度納入した費用はお返しできません。
男性料理教室
日時 5月21日(火)午前10時から正午まで。エプロン、筆記用具をお持ちください。
講師 東海林明子氏(料理研究家)。
内容 アスパラとサーモンの巻き寿司、豚肉とコンニャクの味噌煮、シジミ汁。
受講料・定員 千700円(材料費含む)。先着16人。
申込 5月13日(月)午前10時から同センターで受け付け。電話不可。
【詳細】手稲コミュニティセンター ☎(681)2133