情報満載!

とよひら掲示板

9月11日～10月10日の区内の情報を掲載しています

区内の主な施設

豊平区役所	☎822-2400
〒062-8612　平岸6条10丁目	
豊平保健センター	☎822-2400
〒062-8612　平岸6条10丁目	
豊平区民センター	☎812-7181
〒062-8612　平岸6条10丁目	
豊平区土木センター	
維持管理課	☎851-1681
管理担当課	☎859-3800
〒062-0033　西岡3条1丁目	
豊平区体育館	☎855-0791
〒062-0052　月寒東2条20丁目	
月寒公民館	☎851-0482
〒062-0020　月寒中央通7丁目	
豊平清掃事務所	☎581-9153
〒062-0039　西岡520番地	
豊平消防署	☎852-2100
〒062-0051　月寒東1条8丁目	
西岡図書館	☎852-8111
〒062-0033　西岡3条6丁目	
西岡福住地区センター	☎852-4687
〒062-0034　西岡4条9丁目	
東月寒地区センター	☎853-2011
〒062-0053　月寒東3条18丁目	
豊平老人福祉センター	☎811-5201
〒062-0922　中の島2条3丁目	

●参加者募集●

ふれあい街づくり事業 レッツ・キッズ・ワンダーランド

◆内容　歌、遊び、体操、ミュージックパネルなど、小さいお子さんも楽しめる親子向けコンサートと、子育て支援事業のPRパネル展。
◆日時　10月2日(水)午前11時～午後0時15分（開場は午前10時30分）。
◆会場　月寒公民館体育室。
◆対象　区内にお住まいの就学前の乳幼児と保護者。
◆定員・費用　250組。無料。
◆申込方法　**往復はがき**に参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号、**あて先（返信はがき）**を記入の上、下記へお申し込みください。応募者多数の場合は抽選し、結果は返信はがきでお知らせします。申し込みは、1組1通のみ有効です。
◆申込期限　9月18日(水)必着。
(申込先・詳細)〒062-8612 豊平区平岸6条10丁目　豊平区役所保健福祉サービス課子育て支援担当（区民センター内）☎(822)2400　内線572

エンジョイ・マタニティクッキング

妊娠中の簡単・元気メニューを作りましょう。
◆日時・会場　9月26日(木)午前10時～午後1時30分（受け付けは午前9時45分～）。月寒公民館2階料理室。
◆対象　妊娠中期以降の初妊婦。
◆定員・費用　30人。無料。
◆持ち物　エプロン、三角きん、母子手帳。
◆申込方法　9月11日(水)～18日(水)に、電話で下記へお申し込みください。先着順。
(申込先・詳細)保健センター地域保健課健康推進係
内線522

いきいき大正琴講座

◆開講日時　9月25日、10月2日・9日・16日・23日・30日のいずれも水曜日(全6回)。午後1時30分～3時30分。
◆会場　東月寒地区センター。
◆対象　原則として、区内にお住まいか、お勤めの15歳以上の方（中学・高校生を除く）。
◆定員・費用　20人。受講料3千400円、教材費3千円。お申し込みの際に納入してください。
◆申込方法　9月11日(水)午前9時30分から下記窓口で整理券を発行し、定員を超えた場合は、午前10時からその場で抽選を行います。定員に満たない場合は、下記窓口で引き続き受け付けます（受け付け締め切りは、9月20日(金)午後5時）。なお、納入された受講料はお返しできません。
(申込先・詳細)東月寒地区センター

運動不足解消講座

運動を中心に、皆さんの健康づくりを支援する教室を開催します。
◆日程・内容　左表の通り。

回数	開催月日	内容
1	9月27日(金)	講話「健康づくりについて」・体験談発表「仲間と一緒の健康づくり」・ストレッチ体操
2	10月1日(火)	講話「運動の効果」・ウオーキング（屋外1時間程度）
3	10月3日(木)	リズム体操・交流会

※時間はいずれも午前10時～11時45分。
◆会場　月寒公民館。
◆対象　月寒、東月寒、西岡、福住地区にお住まいで、3回通して参加できる40～65歳の方。
◆定員　25人。
◆受講料　無料。
◆持ち物　健康手帳（お持ちの方のみ）、運動靴。
◆申込方法　9月11日(水)～20日(金)に、電話で左記へお申し込みください。先着順。
◆その他　動きやすい服装でお越しください。
(申込先・詳細)保健センター地域保健課健康推進係
内線518・526

いきいき料理教室

◆内容　長生きの基本は食生活。体に良くて、簡単で、おいしい料理を作りませんか。
◆日時　10月18日(金)午前9時30分～午後1時30分。
◆会場　区民センター2階料理実習室。
◆対象　区内にお住まいの60歳代の方。
◆定員　15人。
◆費用　500円。
◆持ち物　エプロン、三角きん。
◆申込方法　10月1日(火)～8日(火)に電話で左記へお申し込みください。先着順。
(申込先・詳細)保健センター地域保健課健康推進係
内線524・526