

申し込み時の ①行事名(日時・曜日・コースなども) ②住所(郵便番号も) ③氏名(ふりがな) ④年齢、性別
 必 要 事 項 ⑤電話番号 ⑥学校名・学年(児童・生徒のみ) ⑦返信先(往復はがきの場合)

フィギュアスケート教室

会場の美香保体育館は、11月1日(金)からスケートリンクとしてオープンします。
日時11月上旬～12月中旬の水・金曜午前10時～正午。全8回。

会場美香保体育館(東区北22東5)。

対象18歳以上の方20人。
費用5千円(65歳以上3千円)。
 毎回施設使用料が必要。

申込10月22日(火)～27日(日)午前10時～午後4時に美香保体育館へ電話か直接。(抽選)

詳細 美香保体育館(74) 1972

水泳教室



詳しい内容は、市営プールで配布しているチラシをご覧ください。

白石温水プール

所在地白石区平和通1南(846)0004。

内容少年少女、幼児短期(初心者)、短期アクアビクス(高校生以上)。12月上旬開講。

申込期限10月25日(金)必着。

豊平公園温水プール

所在地豊平区美園6の1(813)6556。

内容少年少女、4歳児、幼児、成人、親子、シルバー、アクアビクス、水中ウオーキング、ハイドロボディシェイプ。来年1月上旬開講。

申込期限11月26日(火)必着。

手稲温水プール
所在地手稲区曙2の1(683)0676。

内容幼児短期、少年少女短期(初心者)。11月中旬開講。

申込期限10月28日(月)必着。
※厚別温水プールの休館
所在地厚別区厚別東3の2(897)2581。

整備のため10月15日(火)～11月4日(休)は休館します。

詳細 各プール

北海道青少年会館 スポーツ教室

開講期間11～12月。

内容・期日①水泳②女性マスターズ、③女性ビギナー、④シルバー。それぞれ火・木曜コースと水・金曜コース。

1回1時間20分、全12回。女性マスターズは土曜コース(1回1時間30分、全6回)もあり。

②レディーススポーツ(レクリエーションスポーツ各種) ③火曜コースと金曜コース。いずれも1回1時間20分、全6回。

定員①の(A)②は各50人、①の(C)②は各30人。



健康

費用①は1万円(全6回のコースは5千円)、②は2千400円。
申込10月15日(火)から北海道青少年会館(南区真駒内柏丘7)へ直接。(先着)
詳細 北海道青少年会館(581)1141

市民公開シンポジウム

内容服薬を科学する～薬との上手な付き合い方。
日時10月26日(土)午後1時～3時。
会場北海道大学学術交流会館(北区北8西5北大構内)。

詳細 地域保健課(211)2306

家庭医学講座

内容中高年に起こりやすい骨折。講演終了後、相談コーナーを設けます。
日時10月26日(土)午後1時30分。
会場市医師会館(中央区大通西19)。

詳細 地域保健課(211)2306

がん予防学級

内容がんに関する最新の医学的知識と予防方法について。
日時11月6日(水)、13日(水)、19日(火)の午後1時30分～3時30分。
会場北海道対がん協会(〒065

0026東区北26東14)。
定員60人。
申込はがきに上欄必要事項を記入し10月31日(木)(必着)までに北海道対がん協会へ郵送。
電話(748)5511も可。(抽選)
詳細 地域保健課(211)2306

いい歯なんでも相談

歯と口に関する相談や悩みに歯科医がお答えします。
期間11月1日(金)～30日(土)。
相談場所市内の歯科医療機関(実施機関についてはお問い合わせください)。
※相談は無料ですが、治療については有料となります。

詳細 区役所(18階)の地域保健課か市役所地域保健課(211)2306

エキノコックス症血液検査が無料で受けられます

対象小学生以上の希望者。
実施場所各保健センター。
申込事前に区役所の地域保健課へ電話。
△エキノコックス症の予防に努めましょう▽

エキノコックス症は、主にキツネに見られる寄生虫で広まります。次の点に注意し予防に努めましょう。①野山から帰ったらよく手を洗い、衣服や靴の泥を洗い流す。②山菜などはよく洗い、十分加熱して食べる。③沢水やわき水

難病医療相談会

などの生水は飲まない。④キツネにエサを与えない。残飯・生ごみをきちんと処理する。
詳細 区役所(18階)の地域保健課か保健所保健管理課(622)5151

内容・日時①パーキンソン病のりハビリ(理学療法士による講演と実技指導など) ②11月19日(土)午後1時～4時。③シェーグレン症候群(専門医による講演など) ④11月4日(休)午後1時30分～4時15分。
会場①は市医師会館(中央区大通西19)。②は社会福祉総合センター(18階)。

対象各疾患の患者とその家族。
申込事前に北海道難病連(512)3233へ電話。

詳細 地域保健課(211)2306

精神療養講座

内容精神障害者のホームヘルプ事業にかかわって。
日時・会場10月12日(土)午後2時～4時。社会福祉総合センター(18階)。

定員250人。

詳細 障害福祉課(211)2936

健康料理フェスティバル

伝統技法により素材を生かして調理した本場の中国料理を楽しく味わいます。