

目指せ！サラサラ血液教室

あなたの生活を振り返り、血液サラサラを目指してみませんか？

内容 コレステロール値・中性脂肪値の改善を目指した生活の見直しや、明日からできる運動の体験など。

対象 年齢が40～65歳で、すこやか健診、または地区健康相談を1年以内に受診し、高脂血症を指摘された方、または高脂血症に関心のある方。
※運動制限のある方はご遠慮ください。

日時 11月28日(木)午前9時30分～午後2時30分。

定員・費用 30人。無料。

会場 南保健センター。
申込方法 11月12日(火)～19日(火)に電話で左記へ(先着順)。

詳細 地域保健課健康推進係

澄川図書館

☎(822)3730

定例行事のお知らせ

▽映画会

日時 11月30日(土)午後2時30分。

内容 『三丁目物語 冬』。

もいわ地区センター

☎(572)5733

講座のご案内

内容 表①の通り。

表① もいわ地区センター講座

講座名	講師	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込方法
正月料理教室	料理研究家 高谷 俊三 <small>たかや しゅんぞう</small>	20人	12月10日(火)	午前9時30分～11時30分	受講料 700円 教材費 800円	11月22日(金)午前9時から受講料を添え直接(午前9時の時点で定員を超えた場合は抽選)。
パソコンで初めて作る年賀状教室(全2回)	パソコンスクール 派遣講師	20人	12月5日(木) 6日(金)	午後1時30分～3時30分	受講料 1,200円 教材費 1,000円	11月26日(火)午前9時から受講料を添え直接(午前9時の時点で定員を超えた場合は抽選)。

※対象は15歳以上(中学生を除く)。
※教材費は、開講初日にご持参ください。
※応募者が少ない講座は、開講を中止する場合があります。

藻南公園ワークショップ

藻南公園拡張地の公園計画に関するワークショップ(第2回)を開催します(全3回)。当日、直接会場へお越しください。

また、第1回目のニュースレターは、南区役所および環境局緑化推進部(中央区南1条東1丁目大通バスセンタービル1号館6階)にて、11月上旬から配布予定です。

日時 11月16日(土)午後2時～4時

会場 南区民センター視聴覚室(真駒内幸町2丁目)

詳細 環境局緑化推進部公園計画課 ☎211-2522

藤野地区センター

☎(592)2002

図書室行事のお知らせ

▽読み聞かせ会

日時 11月16日(土)、12月7日(土)午後2時30分。

▽クリスマス会

日時 12月8日(日)午前10時30分。

※11月23日(祝)は祝日のため、29日(金)は図書整理のため休室します。

講座のご案内

内容 表②の通り。

対象 15歳以上の方(中学生・高校生を除く)。

表② 藤野地区センター講座

講座名	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込方法
手軽なホームパーティー料理	18人	11月27日(水)	午後1時30分～3時30分	受講料 700円 教材費 1,000円	11月13日(水)午前9時から受講料を添えて、直接藤野地区センターへ。
スタンドグラス体験講座	10人	12月18日(水)	午前9時30分～11時30分	受講料 700円 教材費 1,000円	11月28日(木)午前9時から受講料を添えて、直接藤野地区センターへ。

※受付開始時に定員を超えた場合、抽選を行います。
※教材費は、開講日にご持参ください。

南区民センター

☎(584)2100

講座のご案内

内容 表③の通り。

対象 15歳以上の方(中学生・高校生を除く)。定員に満たない場合は、開講日の4日前まで引き続き受け付けます。

表③ みなみ区民講座

講座名	講師	定員	開講日	開講時間	受講料など	申込方法
心のこもった手がきのぬくもり 一筆がきの年賀状	一筆がき俳画師 川上 翠雪 <small>かずのけ さいせつ</small>	20人	11月28日(木)	午後1時30分～3時30分	受講料 700円 材料費 300円	11月15日(金)午前9時から電話または直接(先着順)。受講料などは、11月21日(木)までに区民センター窓口へ。
年末恒例 手打ちそば	札幌手打ちそば 愛好会事務局長 赤松 幸一 <small>あかまつ こういち</small>	各20人	11月30日(土)	午前の部 午前10時～午後0時30分 午後の部 午後1時30分～4時	受講料 700円 材料費 1,000円	11月18日(月)午前9時から電話または直接(先着順)。受講料などは、11月24日(日)までに区民センター窓口へ。
今夜はごちそう クリスマス・お正月のホームパーティー料理(全2回)	料理研究家 野村 洋子 <small>のむら ようこ</small>	20人	12月3日(火) 10日(火)	午前10時～正午	受講料 1,200円 材料費 2,000円	11月19日(火)午前9時から電話または直接(先着順)。受講料などは、11月25日(月)までに区民センター窓口へ。