

## 国保特別収納 対策本部から

病気や失業、会社の倒産などで国民健康保険料の納付が困難な方は、申請により保険料が減額になる場合がありますので、お早めにご相談ください。

申請時には、確定申告書の控えや源泉徴収票、給料明細書など昨年中の収入が分かるものが必要です。

なお、左記の通り夜間・休日の相談窓口を開設します。

**夜間相談** 3月18日(火)、20日(木)、25日(火)、27日(木)の午後8時まで。

**休日相談** 3月16日(日)午前9時から午後2時30分まで。

**場所** 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

※平成14年度第10期納期限(口座振替日)は3月31日(月)です。納め忘れのないようお願いいたします。

【詳細】 保険年金課収納係  
☎681-2400 内線394・395

## 介護保険制度 市民意見交流会

高齢者を介護している家族や福祉事業関係の方など、市が委嘱した市民意見交流会委員に、介護保険制度や高齢者の保健福祉について意見をお

### 子育てサロンに遊びに来ませんか？

小学校就学前のお子さんと保護者の方、妊娠中の方などが、自由に集い、遊んだりおしゃべりしたりできる場です。保育士が、遊びの紹介をしたり、サークル作りや子育ての相談に応じたりもします。

参加は無料。直接会場へお越しください。

曜日	会場	時間	開始日
月	星置児童会館(星置2-7)	午前9時45分~11時15分	4月7日
	手稲前田児童会館(前田2-12)	午前10時~11時30分	4月14日
火	西宮の沢児童会館(西宮の沢2-4)	午前9時45分~11時15分	4月15日
	前田しらかば児童会館(前田8-15)	午前10時~11時30分	4月8日
水	いなづみ児童会館(前田4-4)	午前9時45分~11時15分	4月16日
	富丘児童会館(富丘3-6)	午前10時~11時30分	4月16日
木	新発寒児童会館(新発寒6-4)	午前9時45分~11時15分	4月10日
	あけぼの児童会館(曙9-1)	午前10時~11時30分	4月17日
金	金山児童会館(金山3-2)	午前9時45分~11時15分	4月11日
	稲穂児童会館(稲穂3-5)	午前10時~11時30分	4月11日

詳細 保健福祉サービス課子育て支援担当係 ☎681-2400(内線555)

## 手稲区長杯 女性ソフトテニス大会

対象 区内にお住まいの女性  
でソフトテニス経験のある方。

【詳細】 保健福祉サービス課  
☎681-2400 内線360

聞きする交流会を開催します。どなたでも傍聴できますので、直接会場にお越しください。  
日時 3月12日(水)午後2時から4時まで。

日時 3月23日(日)午前9時から。  
場所 手稲区体育館(曙2条1丁目)。  
参加料 1人千250円(昼食・参加賞あり)。  
定員 先着48人。  
申込 3月11日(火)から13日(木)まで、電話またはファクスで受け付け。ペアでも単独でも申し込みできます。  
【詳細】 地域振興課地域活動係  
☎681-2400 内線256  
ファクス(681)2523

## 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

### ◆スポーツ講習会受講者募集◆

種目	定員	回数	曜日	実施期間	実施時間	受講料(65歳以上)	
ゴルフ(基礎)	26	8	土	4月5日 ~6月14日	午前9時 ~10時30分	7,200円 (5,800円)	
ゴルフ(形成)	26				午前10時40分 ~午後0時10分		
さわやか健康体操	30	15	火	4月1日 ~7月15日	午前10時~正午	7,700円 (6,200円)	
体にやさしい健康体操A					午前10時30分 ~正午		
体にやさしい健康体操B			水		4月2日 ~7月16日		午後1時 ~2時30分
ヨガA							土
ヨガB			午前11時 ~午後1時				
ヨガC			金		4月4日 ~7月18日		午前10時~正午
かんたんエアロ	10	月	4月7日 ~7月28日	午後6時30分 ~8時	5,100円 (4,100円)		
太極拳	15	火	4月1日 ~7月15日	午後1時30分 ~3時30分	7,700円 (6,200円)		

対象 16歳以上の方。  
申込 3月11日(火)から15日(土)の午前10時から午後8時まで。電話可。  
※定員を超える場合は、3月17日(月)午後1時から同体育館1階会議室で抽選を行います(問い合わせは午後3時以降)。  
※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。高校生は生徒証を、65歳以上の方は、年齢を証明できるものをお持ちください。  
※抽選後に「受講可能」となった場合、その権利を他人に譲渡することはできません。

### 「心配ごと相談」

#### 終了のお知らせ

毎週月曜日に行っている「心配ごと相談」は、3月31日(月)で終了します。

詳細 総務企画課広聴係  
☎681-2400 内線224~226

### 星置地区センターから

#### ◆女性のためのリフレッシュ講習会◆

▼対象 区内にお住まいの女性。  
▼日時 3月24日(月)午前10時~正午。  
▼テーマ 『顔のバランスとヘアスタイル』。  
▼講師 竹市直子氏・橋本由希子氏(ヘアメイクアーティスト)。  
▼定員 先着50人。  
▼参加料 無料(当日直接同センターへお越しください)。  
▼持ち物 手鏡かスタンド式の鏡。  
詳細 星置地区センター ☎695-3220