

西清掃事務所から

6月6日(金)〜27日(金)まで発寒清掃工場が定期点検のため、ごみの受け入れを休止します。この期間中、ごみは篠路清掃工場に運ぶため、収集時刻が遅れる場合がありますので、ご了承願います。

【詳細】西清掃事務所TEL(664) 0053

西保健センターから

▽西野地区健康講座

日時・場所 6月13日(金) 午前10時〜正午 昭和会館(西野6-3)。

対象 西野、福井、平和、小別沢周辺にお住まいの方
費用 無料。

テーマ 「あなたの血管お元気ですか？」(医師による講話)。

【詳細】西野連絡所TEL(663) 0360、西野連町衛生部長(佐藤宅) TEL(664) 39339、昭和連町衛生部長(桂下宅) TEL(666) 5430

**▽ストップ・スモーク
ングーあなたのお手伝い**

無理なく行える禁煙の方

法を個別にアドバイスします。

内容 ①初回・保健センターでの相談(30分程度)。

②チャレンジ期間・電話などによる相談(随時)。

③3カ月後・保健センターでの相談(30分程度)。

対象 1カ月以内に禁煙チャレンジ開始を希望する方で、3カ月間に2回程度保健センターに来所できる方

定員・費用 10人。無料。
申込 6月16日(月)〜27日(金)の午前9時〜午後5時に電話で。多数時抽選。

▽機能訓練事業の参加者募集

身体に障害がある方の健康づくりのために、通所で運動や創作活動を行います。

対象 市内に住む40歳以上の方で、病气やけがのために身体に障害のある方や日ごろ運動する機会が少ない方。※介護保険の通所サービスを利用していらっしゃる方や通院リハビリを受けている方は利用できません。

実施場所 西老人福祉センター(二十四軒4-3)。
実施回数 週2回(火・金曜の午後1時〜3時)。

定員・費用 若干名。無料。
申込 随時電話で受け付けています。

【詳細】西保健センター地域保健課(琴似2-7) TEL(621) 4241

小学校プールの無料開放

期間・日時 7月5日(土)〜8月31日(日)の毎週土・日曜日。実施日は各校で異なります。午前10時〜正午と午後1時〜3時。

対象 小学生(泳げない場合保護者の付き添い可)と付き添いのいる幼児。
開放校 区内小学校(八軒・琴似・西野第二・平和・西・発寒・山の手南・手稲東・二十四軒・西園・手稲宮丘・琴似中央・福井野・山の手・発寒東・発寒南・発寒西・西野・八軒北・八軒西)。※気象状況、工事などにより開放を中止する場合があります。

【詳細】スポーツ振興事業団TEL(530) 5905

対象	講習名	時間帯	期間・曜日・回数	定員	受講料
一般	卓球	入門	午前9時〜11時 6月25日〜9月17日(水) 全10回	15人	5,600円(4,500円)
		初級	午前11時〜午後0時30分 6月25日〜9月17日(水) 全10回	15人	6,100円(4,800円)
		中級	午前10時〜正午 7月8日〜8月7日(火)/(木) 全10回	30人	7,000円(5,600円)
	テニス	初中級	午後0時30分〜2時20分 7月18日〜8月22日(火)/(金) 全10回	各10人	8,900円(7,100円)
		中級	午後2時20分〜4時10分		
	バドミントン	入門	午前9時〜11時 6月25日〜9月17日(水) 全10回	30人	5,600円(4,500円)
初級		午前11時〜午後0時30分 6月25日〜9月17日(水) 全10回	15人	6,100円(4,800円)	
女性	さわやか健康体操	午前10時〜11時30分 7月9日〜9月24日(水) 全10回	各30人	5,100円(4,100円)	
	リズム健康体操				
	からだにやさしい健康体操	午後1時〜2時30分 7月11日〜9月19日(金) 全10回	30人	5,100円(4,100円)	
4歳〜小4	新体操	午後4時〜5時30分 7月8日〜11月11日(火) 全17回	各10人	12,700円	
		午後4時〜5時30分 7月10日〜11月6日(木) 全17回			

※受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の()内は、高齢者(65歳以上)および身体に障害がある方の料金。テニスの初中級、中級は前回(平成15年度 第2期)未受講の方優先。定員に満たない場合は、中止することがあります。