

市民見学会

日時 9月4日(木)午前10時～午後3時

コース 白石清掃工場(モエレ沼公園)中沼プラスチック選別センター

対象 北区内にお住まいの方
定員 50人(抽選)

参加料 無料。なお、昼食は各自で用意してください。

集合時間 午前9時45分に、北区役所(北24西6)正面玄関前広場に集合。

申込方法 往復はがき(はがき1枚で4人まで)に必ず全員の住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、8月21日(木)

ごあいさつ

北区長 石黒 進



このたび、7月7日付けで、北区長に就任いたしました。

市内でも早くから開拓が始まった北区は、長い歴史と地域に根差した文化を持つまちです。この北区で、区民の皆さまとともにまちづくりを進めることができることに、大きな喜びと責任の大きさを実感しているところであります。

誰もが安心して生き生きと暮らせるまちを目指して、皆さまとともに考え、手を携えてまちづくりを進めてまいりたいと思っております。ご支援とご協力を心からお願い申し上げます。



(必着) までに、〒001-8612 北区役所総務企画課広聴係「市民見学会担当」へお送りください。
また、返信用はがきにも、

自分(複数で申し込む場合は代表者)のあて名を記入してください。なお、申し込みは1人(1グループ)1通に限

ります。
詳細 総務企画課広聴係 ☎(757) 2400 内線250

北保健センター
北25西6 ☎(757) 1181

新米ママの育児相談と交流会

日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てにかかわる心配、悩み事などを近くに住むお母さんたちや保健師と話し合い情報交換をします。

日時 ①8月11日(月)午前10時～11時30分 ②8月22日(金)午後1時30分～3時

会場 ①篠路駅前団地福祉会館(篠路5-4) ②プラザ新琴似(新琴似7-4)

対象 生後1～6カ月程度の初めての親子さんとお母さん

申込 当日、直接会場へお越しください(母子健康手帳をお持ちください)。

詳細 地域保健課健康推進係

ヘルスアップ教室
内容 運動「今年こそ…今年も・もつと動こう」楽しくウォーキング

講師 健康づくりセンター運動指導員

日時 8月22日(金)午後1時30分～3時30分
会場 北区民センター(北25西6) 区民ホール
対象 北区内にお住まいの40

～70歳の方
定員 40人
参加料 無料

申込・詳細 8月11日(月)～21日(木)に地域保健課健康推進係へ(電話可。先着順)。なお、動きやすい服・上靴をご用意ください。

「たばこをやめる」と決めた方へ
禁煙を無理なく行う方法を、個別にアドバイスします。

会場 北保健センター
対象 北区内にお住まいの禁煙を希望する方で、3カ月に2～3回程度来所できる方

定員 15人
参加料 無料
申込・詳細 8月11日(月)午前9時から地域保健課健康推進係へ(電話のみ。先着順)。



地区健康相談(下表)

対象 普段、健康診断を受ける機会のない15歳以上の方

費用 無料
内容 胸部エックス線撮影、尿検査、血圧測定のほか、40歳以上の方には血液検査(コ

●地区健康相談の日時・会場

実施日	受付時間	会場
8月12日(火)	午前9時30分～11時	光陽小学校 (新琴似5-11)
9月3日(木)	午前9時～11時	新琴似西会館 (新琴似3-8)
	午前9時30分～11時	拓北ひまわり会館 (拓北7-3)
	午後1時30分～3時	篠路駅前団地福祉会館 (篠路5-4)

レステロール・肝機能・血糖など)。医師が必要と認められた場合は、心電図検査(800円)を行う場合があります。
また、40～70歳の5年刻みの年齢の方には、希望によりB・C型肝炎ウイルス検査(100円から)も受けられます。
なお、老人保健法の医療を受けることができる方や市民税非課税世帯の方などは無料となります(証明できるものをお持ちください)。
申込 当日、直接会場へお越しください。
詳細 地域保健課健康推進係