



帰り道 近道するほど

まわり道

米里中

外館

卓

交通安全・健全育成標語コンクール入選作品

- ▽日時 8月28日(木)午後1時30分～3時。
- ▽会場 白石保健センター2階講堂(本郷通3丁目北1-2)。
- ▽定員・費用 90人。無料。
- ▽テーマ 睡眠時無呼吸発作について、快眠を得るために。
- ▽講師 特定医療法人北楡会 札幌北楡病院医師 中尾康夫さん。
- ▽申込方法 8月11日(月)から電話で申し込み(先着順)。
- ▼申込・詳細 白石保健センター1地域保健課 ☎(862)1888

市民健康教室

白石区民センター区民講座受講生募集

講座名	開講日(回数)	曜日	時間	定員	受講料(教材費)
初めてのエアロビクス	9月2・9・16・30日、10月7・14日(全6回)	火	午前10時～正午	各20人	3,400円
～心を届けよう～絵手紙入門	9月2・9・16・30日、10月7・14日(全6回)	火	午後1時30分～3時30分		3,400円(2,500円)
秋のさっぽろ自然散歩	9月3・10・17・24日、10月1日(全5回)	水	午前10時～正午		2,900円
～高齢者向け～旅の英会話	9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24日(全8回)	金	午前10時～正午		3,900円
即席!漬物アラカルト	9月12・19日、10月3・10日(全4回)	金	午前10時～正午		2,300円(2,400円)

- ▷対象 区内にお住まいか勤務している方。
- ▷申込方法 8月19日(火)午前9時～午後5時に電話または直接窓口へ(先着順)。*定員に満たない場合は、開講前日まで継続して受け付けます。
- ▷受講料納入 8月26日(火)午前9時～午後5時に直接窓口へ教材費と合わせて納入してください。納入された受講料はお返しできません。
- ▷その他 応募者の少ない場合は中止となることがあります。

【申込・詳細】白石区民センター運営委員会事務局 (本郷通3丁目北1) ☎861-3100

胃がん・大腸がん検診のお知らせ

白石保健センターでは、毎月1回40歳以上の方(職場で受診できる方を除く)を対象に、胃がん・大腸がん検診を行います。この機会に進んで受診しましょう。

日程	受付会場	受付時間	受診料金
8月25日(月)	白石保健センター	午前8時45分～10時	「胃がん・大腸がん」検診セット 800円
9月22日(月)			「胃がん」のみ 500円
			「大腸がん」のみ 600円
10月27日(月)			※ただし、次の方は()内のものを持参すると無料になります。 ●70歳以上の方(健康保険証など年齢を確認できるもの) ●特定の障がいのある65～69歳の方(老人保健法医療受給者証) ●生活保護世帯の方(生活保護受給証明書) ●市民税非課税世帯の方(市民税課税証明書)

▷申込方法 予約制ですので、電話か直接白石保健センター窓口でお申し込みください。なお、検診を申し込まれた方には受診の1週間前に受診票と大腸がん検診採便用具セットをお送りします。

【申込・詳細】白石保健センター地域保健課 (本郷通3丁目北1-2) ☎862-1881

◆北郷	北郷4条4丁目13-15 ☎871-2770
8月18日(月)午後3時30分 ▷ドッジボール大会	
8月27日(水)午前10時30分 ▷ブーさんタイム(幼児とお母さんのたのしい集い)	
◆菊水やよい	菊水1条4丁目6-61 ☎841-5150
8月11日(月)・12日(火)午後2時 ▷プチフレンズ(ちよとすてきなプレスレットづくり)	
8月22日(金)午後3時30分 ▷はわつとたいむ(絵本の読み聞かせと工作)	
◆東札幌	東札幌5条3丁目2-26 ☎822-5811
8月29日(金)午後2時(低学年) } ▷陶芸教室～食器づくり～	
8月30日(土)午後1時30分(高学年) }	
8月26日(火)午後4時 ▷女の子あつまれ～!	
◆北東白石	川下3条5丁目3-1 ☎875-1311
8月23日(土)午後6時30分 ▷コンサ・コンサでお買い物!(お泊り会)	
8月27日(水)午前10時30分 ▷びよこちゃんがゆく!	
◆東白石	本通13丁目南10-1 ☎863-8833
8月25日(月)午後3時30分 ▷全国児童劇巡回事業「おとぎの国のメルヘン通り」	
8月30日(土)午後3時30分 ▷東スポ 親子で卓球しませんか	
◆菊水元町	菊水元町8条2丁目15-5 ☎873-1610
8月19日(火)午後2時30分 ▷熱血スポーツ宣言～ミニバレーボール～	
8月29日(金)午後3時30分 } ▷ミステリー～うらない館	
8月30日(土)午後2時 }	
◆柏丘	平和通8丁目北3-44 ☎865-7520
8月23日(土)午後1時30分 ▷えんにち	
8月26日(火)午前10時30分 ▷ぼっぼタイム	
◆栄通	栄通6丁目19-12 ☎853-5706
8月19日(火)午後2時 ▷チャンピオン大会～いろいろなゲームにチャレンジ～	
8月28日(木)午前10時30分 ▷ピヨピヨタイム	
◆川北	川北4条1丁目4-29 ☎872-0002
8月27日(水)・29日(金)午後3時30分 ▷手作り工房～けしごむづくりPart2～	
8月28日(木)午前10時30分 ▷ちびっこランド	
◆区民センター児童室	本郷通3丁目北1 ☎861-2400 内線256
8月21日(木)午後3時30分 ▷映画のついで「ライオン空を飛ぶ」、「キラキラ」	
8月27日(水)午後3時30分 ▷クッキング「ヒヤッとデザートづくり」	

広告欄