

情報満載!

## とよひら掲示板

9月11日～10月10日の  
区内の情報を掲載しています

### 区内の主な施設

豊平区役所	☎822 - 2400
〒062-8612 平岸 6 条10丁目	
豊平保健センター	☎822 - 2400
〒062-8612 平岸 6 条10丁目	
豊平区民センター	☎812 - 7181
〒062-8612 平岸 6 条10丁目	
豊平区土木センター	
維持管理課	☎851 - 1681
管理担当	☎859 - 3800
〒062-0033 西岡 3 条1丁目	
豊平区体育館	☎855 - 0791
〒062-0052 月寒東 2 条20丁目	
月寒公民館	☎851 - 0482
〒062-0020 月寒中央通 7 丁目	
豊平清掃事務所	☎581 - 9153
〒062-0039 西岡520番地	
豊平消防署	☎852 - 2100
〒062-0051 月寒東 1 条 8 丁目	
西岡図書館	☎852 - 8111
〒062-0033 西岡 3 条 6 丁目	
西岡福住地区センター	☎852 - 4687
〒062-0034 西岡 4 条 9 丁目	
東月寒地区センター	☎853 - 2011
〒062-0053 月寒東 3 条18丁目	
豊平老人福祉センター	☎811 - 5201
〒062-0922 中の島 2 条 3 丁目	

## 高脂血症予防教室

運動実技や調理実習などの  
体験学習を通して、高脂血症  
を予防する生活習慣について  
学びます。

◆日程 左表の通り(全3回)。

実施日時	会場	内容
10月2日(木) 午前10時～11時50分	月寒公民館 1階大研修室	講話 リズム体操
10月7日(火) 午前9時30分～正午	月寒公民館 2階料理室	講話 調理実習
10月9日(木) 午前10時～11時50分	月寒公民館 1階体育室	講話 屋外ウオー キング

◆対象 月寒・東月寒・西岡  
・福住にお住まいの40～65歳  
の方で、総コレステロール値  
が220mg/dl以上、または中性  
脂肪値が150mg/dl以上(空腹

時)の、運動可能な方。

◆定員・費用 25人。無料。

◆持ち物 健康手帳(お持ち  
の方のみ)、室内運動靴(1  
・3日目)、エプロン・三角  
きん(2日目)。

◆申込方法 9月16日(火)～  
25日(木)に、電話で左記へお  
申し込みください。先着順。

(申込先・詳細)保健センタ  
ー地域保健課健康推進係  
内線518・526

## アーチェリー体験 プログラム

◆日時 9月20日(土)午後1  
時～3時。ただし、雨天の場  
合などは27日(土)に順延。  
◆会場 月寒体育館屋外競技  
場(弓道場)。

◆対象 区内にお住いかお勤  
めの小学4年以上の方。

◆定員・費用 30人。参加料  
(保険料10円含む)は、一般  
Ⅱ270円、高校生Ⅱ160円、65歳

以上の方Ⅱ90円。小・中学生  
および身体障害者手帳をお持ち  
の方は、保険料10円のみ納  
入してください。

※身体障害者手帳は、申込時  
に提示してください。

◆申込方法 9月11日(木)～  
19日(金)の午前9時から午後  
7時まで左記へ直接窓口で  
お申し込みください。先着順。

(申込先・詳細)月寒体育館  
(月寒東1条8丁目)  
☎(851)1972

## エンジョイ・ マタニティクッキング

妊娠中の簡単・元気メニュー  
を作ります。

◆日時 9月30日(火)午前10  
時～午後1時30分(受け付け  
は午前9時45分)。

◆会場 西岡福住地区センタ  
ー実習室。

◆対象 妊娠中期以降の初妊  
婦。

## 福祉除雪協力団体 の募集

◆定員・費用 30人。無料。  
◆持ち物 エプロン、三角き  
ん、母子手帳。  
◆申込方法 9月16日(火)～  
24日(水)に、電話で左記へお  
申し込みください。先着順。  
(申込先・詳細)保健センタ  
ー地域保健課健康推進係  
内線522

冬期間、高齢の方や障がい  
のある方などの生活を支援す  
るため、福祉除雪に協力して  
くださる区内所在の「地域協  
力団体・企業」を募集します。

◆除雪期間 12月1日(月)～  
来年3月25日(木)。  
◆内容 道路に面した間口1  
・5メートル敷地内の間口から玄  
関先までの道路幅80センチを除雪  
(排雪や屋根の雪下ろし、車  
庫前の除雪は対象外)。

◆活動日時 道路除雪が行わ  
れた日(除雪が行われない道  
路はおおむね10センチ以上の降雪  
があった日)の午前中に作業  
を行っていただきます。

◆担当世帯 お近くの対象世  
帯を担当していただきます。  
なお、利用状況により担当世  
帯がない場合もありますので、  
ご了承ください。

◆活動費 1世帯(1シーズ  
ン)につき2万円(除雪期  
間終了後に振り込み)。

## 西岡図書館から

◆申込 10月17日(金)まで。  
申込方法など詳しくは、左記  
へお問い合わせください。  
(申込先・詳細)区社会福祉協  
議会(区民センター内)  
☎(815)2940

◆たのしいお話の会(幼児・小  
学生) 9月17日・24日、10月  
1日・8日のいずれも水曜日  
午後3時～3時30分。

◆子どもとともに本を楽しむ  
会(幼児・小学生)10月1日  
(水)。午前11時～11時30分。  
(詳細)西岡図書館

## 秋の図書館 フェスティバル

キノコに関するスライド映  
写と講演を行います。

◆テーマ「札幌近郊キノコ散  
策」～食用キノコと毒キノコ  
の見分け方～

◆講師 官澤 静雄氏(北星  
学園大学付属高校教諭)

◆日時 10月11日(土)午後1  
時～3時。

◆会場 西岡図書館2階閲覧  
室。

◆定員 80人。

◆費用 無料。

◆申込方法 9月20日(土)か  
ら左記窓口で入場整理券を配  
布します。先着順。  
(申込先・詳細)西岡図書館

