

# 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

	講習会	定員	期間	曜日	時間	受講料
①	レベルアップ卓球 (水曜コース)	30	4月7日(水) ～6月23日(水)	水	午前9時～11時	7,000円 (5,600円)
	初心者卓球 (水曜コース)	15			午前11時～午後0時30分	4,800円 (3,900円)
	初心者卓球 (金曜コース)	30	4月2日(金) ～6月18日(金)	金	午前9時～10時30分	7,000円 (5,600円)
	レベルアップ卓球 (金曜コース)	30			午前10時30分～午後0時30分	7,000円 (5,600円)
	テニス 初中級	10	4月2日(金) ～6月4日(金)		午前9時10分～10時40分	7,400円 (6,000円)
	テニス 中級	10		午前10時50分～午後0時20分		
	ナイターテニス (初中級)	10	4月8日(木) ～6月17日(木)	木	午後7時～8時30分	7,200円 (5,800円)
	ゴルフ 基礎コース	26	4月3日(土) ～5月22日(土)	土	午前9時～10時30分	
	ゴルフ 形成コース	26			午前10時40分～午後0時10分	
	②	バスケットボール アドバンスコース	15	4月8日(木) ～6月17日(木)	木	午後1時15分～2時45分
ランクアップ バドミントン		10		午後2時50分～4時20分		7,400円
③	少年少女 バドミントン	30	4月13日(火) ～6月10日(木)	火・木	午後4時30分～6時	2,500円
	少年少女テニス	30				
②	新・ピラティス 美容体操A	30	4月19日(月) ～7月26日(月)	月	午前9時10分～10時40分	5,100円
	新・ピラティス 美容体操B	30			午前10時50分～午後0時20分	
①	かんたん エアロA	30	4月5日(月) ～7月5日(月)	火	午後6時30分～8時	5,100円 (4,100円)
	さわやか 健康体操	30	4月6日(火) ～7月20日(火)		午前10時～正午	7,700円 (6,200円)
	太極拳 (初級12式)	30			午後1時～2時30分	
	太極拳 (中級24式)	30			午後2時40分～4時10分	
	3B健康体操	30	4月7日(水) ～7月21日(水)		午前10時～11時30分	
からだにやさしい 健康体操A	30	午後0時30分～2時				
からだにやさしい 健康体操B	30		午後2時10分～3時40分			
①	ピラティス 健康体操	30	4月9日(金) ～7月16日(金)	金	午後1時～2時30分	7,700円 (6,200円)
	ヨガA	30			午前10時～正午	
	ヨガB	30	4月10日(土) ～7月17日(土)	土	午前9時～11時	
ヨガC	30		午前11時～午後1時			

**対象** ①は16歳以上、②は16歳～59歳、③は小学3年生～6年生  
 ただし、いずれも平成16年4月2日現在  
**受付** 3月12日(金)～19日(金)の午前10時～午後8時  
 ただし、19日(金)は午後5時まで  
**抽選** 定員を超えた場合は、3月22日(月)午後3時から、同体育館1階会議室で公開抽選(電話での問い合わせは午後4時以降)  
 ※上記受講料のほかに、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。65歳以上の方は年齢を証明できるものを、高校生は生徒証をお持ちください。  
 ※同一種目で異なるレベルの重複申し込みはできません。  
 ※定員に満たない場合は、中止することがあります。  
 ※受講可能となった場合、その権利を他人に(家族でも)譲渡することはできません。

## 国保からの

### お知らせ

平成15年度国民健康保険料第9期納期限が過ぎています。納め忘れのある方は、お早めに納付してください。  
 また、事情があつて保険料納付が困難な方はお早めにご相談ください。  
**◆夜間・休日の相談窓口**  
**夜間相談** 3月2日(火)、4日(木)、9日(火)、11日(木)、16日(火)、22日(月)～26日(金)、29日(月)、30日(火)、31日(水)の午後8時まで。

**休日相談** 3月28日(日)午前9時～午後2時30分。

**場所** 区役所2階②番窓口(前田1条11丁目)。

☎(681)2400内線394・395  
 (詳細) 保険年金課収納係

## シルバーふれあいセミナー ダンスの集い

**日時** 3月19日(金)午後1時30分～3時30分。  
**会場** 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。  
**対象** 区内にお住まいの60歳以上の方。  
**参加料** 無料。当日、直接会場へお越しください。

☎(681)2400内線228  
 (詳細) 地域振興課地域活動係

## 手稲山雪の祭典 写真展

3月14日(日)に行う「2004年手稲山雪の祭典」の写真展を開催します。  
**期間** 3月30日(火)～4月15日(木)。  
**会場** 区民センター1階ロビー1(前田1条11丁目)。  
 (詳細) 手稲山雪の祭典実施委員会事務局(地域振興課内)

## 新発寒地区センターから

新発寒5条4丁目 ☎684-5571

講座	ワード(初級)	エクセル(初級)
日時	3/22(月)～27日(土) 午前10時～正午	3/22(月)～27(土) 午後1時30分～3時30分
定員	18人	18人
費用	受講料 3,400円 教材費 1,000円	受講料 3,400円 教材費 1,000円
申込	3/18(木)の午前9時～9時15分に同センター窓口へ。多数時抽選。	

## 消費生活相談・国税相談 終了のお知らせ

毎週木曜日に行っている『消費生活相談』と、毎月(12、2、3月を除く)第4金曜日に行っている『国税相談』は、3月をもって終了します。

### 4月以降の相談窓口

『消費生活相談』—消費生活相談室  
 (北区北8西3 札幌エルプラザ2F/  
 ☎728-2121)  
 『国税相談』—西税務署(西区発寒4-1/  
 ☎666-5111)