

西区民センター図書  
室の休室

7月7日(水)～16日(金)は  
図書特別整理のため、図書室  
を休室します。※本の返却は  
図書室ドアの返却口へ。

【詳細】西区民センター図書室  
(琴似2-7) TEL(64)9080

国民健康保険料・介護  
保険料について

平成16年度国民健康保険料  
・介護保険料の通知書を次の  
日程で送付します。発送日か  
ら1週間程度は窓口・電話共  
に大変混雑します。特にお急  
ぎの方以外は、その時期を避  
けてご相談ください。よろ  
しくお願いします。

発送日 ①6月14日(月) 国民  
健康保険料納付通知書。②  
6月16日(水) 介護保険料納  
入通知書・特別徴収決定通知  
書。

【詳細】西区保険年金課保険係TEL  
(64)2400(代表)

西区キャンドルナイ  
ト2004

夏至の夜に電気を消して環  
境のことを考えようと市民団  
体が呼びかけたキャンドルナ

■①地区健康相談

月日	受付時間	会場
6月15日(火)	午前9時30分～11時	発寒西会館(発寒6-12)
	午後1時30分～3時	西野第二会館(西野8-6)
6月17日(木)	午前9時30分～11時	昭和会館(西野6-3)
	午後1時30分～3時	平和第二会館(平和2-8)
6月29日(火)	午前9時30分～11時	西野地区センター(西野4-2)
	午後1時30分～3時	西野福祉会館(西野3-2)
7月1日(木)	午前9時30分～11時	市営住宅発寒集会所(発寒12-5)
	午後1時30分～3時	発寒福祉会館(発寒5-3)
7月2日(金)	午前9時30分～11時	宮の沢中央会館(宮の沢1-5)
	午後1時30分～3時	手稲記念館(西町南21)

■②西区体育館スポーツ教室

対象	講習名	時間帯	期間・曜日・回数	定員	受講料※1	
一	卓球	入門	午前9時30分～11時	7月14日～9月15日(水) 全10回	15人	4,800円(3,900円)
		初級	午前11時～午後0時50分	7月14日～9月15日(水) 全10回	15人	7,000円(5,600円)
		中級	午前10時～正午	7月6日～8月10日(火)/(木) 全10回	30人	
般	バドミントン	入門	午前9時30分～11時	7月14日～9月15日(水) 全10回	30人	4,800円(3,900円)
		初級	午前11時～午後0時30分		15人	6,100円(4,800円)
	テニス※2	初中級	午後0時30分～2時20分	6月25日～7月27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			
	さわやか健康体操	午前10時～正午	7月14日～9月22日(水) 全10回	各30人	5,100円(4,100円)	
	からだにやさしい健康体操	午後1時～2時30分	7月9日～9月17日(金) 全10回			
健美操	午前11時～午後0時30分					

※ 定員に満たない場合は、中止することがあります。  
 ※1 受講料のほかに毎回施設利用料が必要。受講料の( )内は、高齢の方(65歳以上)および身体に障がいがある方の料金。  
 ※2 テニスの初中級、中級は前回(平成16年度第2期)未受講の方優先。

イト。区でもこの活動に賛同し、明かりを消した時間に星空観察を行います。青少年科学館の移動天文車「オリオン号」が出勤します。皆さんでぜひお越しください。  
 日時 6月21日(月)午後8時～9時。  
 会場 山の手草ぶえ公園(山の手2-10)。※雨天時は山の手南小学校(山の手1-9)で星に関するスライド上映会を行います。  
 申込 不要。  
 【詳細】西区地域振興課環境活動担当係TEL(64)2400内線256

西保健センターから

▽西野地区健康講座

日時・会場 6月11日(金)午前10時～正午。昭和会館(西野6-3)。  
 テーマ 「あなたの骨は健康ですか？」(医師による講話)  
 対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。  
 費用・申込 無料。不要。

【詳細】西野まちづくりセンターTEL(663)0360、西野連町衛生部副部長山田さん宅TEL(664)4931、昭和連町衛生部長桂下さん宅TEL(666)54

申込 不要。

30

▽地区健康相談

実施内容・対象 血圧測定・血液検査(すこやか健診受診者を除く40歳以上の方)・C型肝炎ウイルス等検査(40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳で希望する方)・心電図(医師が必要と認めた場合)・胸部X線間接撮影(15歳以上の方)。

日程 左表①の通り。  
 費用 心電図は800円、C型肝炎ウイルス等検査は400円。それ以外は無料。  
 申込 不要。

【詳細】西保健センターTEL(621)4241

西区体育館スポーツ講習会

内容 左表②の通り。  
 申込 6月15日(火)～17日(木)午前9時～午後9時に直接来館するか電話で。定員を超えた場合、6月18日(金)に抽選。直接来館するか電話で結果を確認してください。  
 申込先・詳細 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(662)2149

申込先・詳細 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(662)2149