

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) ②国
民健康保険料納付通知書。③
6月16日(水) ④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			
般	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)	
	リズム健康体操					
	からだにやさしい健康体操					
般	健美操	午前11時～午後0時30分	7月9日～9月17日(金) 全10回	各30人		

※ 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。

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

【詳細】西区地域振興課環境活動
担当係TEL(64)2400内線256

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。
プール(発寒5-8)TEL(662)2149

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。

【詳細】西保健センターTEL(621)4
241