しろいしあんない板

6月11日からのお知らせ

人口・世帯数（平成16年5月1日現在/カッコ内は前月比）
200,929人（＋604）97,303世帯（＋524）
男96,622人・女104,307人

□市民見学会参加者募集

▽**日時**　7月27日㈫。午前9時45分区役所集合、午後3時同所で解散（途中下車不可）。
▽**コース（内容）**　定山渓ダム（ダム資料館）～白川浄水場。
▽**対象**　区内にお住まいかお勤めの方。
▽**定員・費用**　50人（応募多数の場合抽選）。参加無料。
▽**申込方法**　**往復はがき**に**7月27日見学会希望**と明記し、参加者全員の（2人以内）の**氏名、住所、年齢、電話番号**を記入（返信用はがきの返信先も記入してください）し、6月25日㈮までにお申込ください。当日消印有効。
▼**申込・詳細**　白石区役所総務企画課広聴係（〒003-8612白石区本郷通3丁目北）☎（861）2400内線225

□相談員のご利用を

身体障がい者相談員、知的障がい者相談員が各地区で活動しています。お気軽にご相談ください。

身体障がい者相談員

天野ヨシエ	☎（852）2778	
小野茂	☎（822）2721	
小林滋	☎（864）5884	肢体
今野勝夫	☎（872）1135	肢体
阪口モト子	☎（821）5750	肢体
星光義	☎（872）0619	肢体
菅原證衛	☎（872）0568	内部
高橋洋子	FAX（873）3458	聴覚
佐藤徳男	☎（831）6673	視覚
中田純夫	☎（864）7591	視覚

知的障がい者相談員

洞口みよ子	☎（863）0710
吉本靖美	☎（864）5336

▼**詳細**　区保健福祉サービス課☎（861）2400内線469

□市民健康教室参加者募集

▽**日時**　6月23日㈬午後1時30分～3時。
▽**テーマ**　「糖尿病と高脂血症～その最新知識を学ぶ～」。
▽**講師**　青木内科クリニック院長　青木伸さん。
▽**場所**　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。
▽**申込方法**　6月11日㈮から電話で受け付け（先着順）。
▼**申込・詳細**　保健センター地域保健課☎（862）1881

□講演会のお知らせ

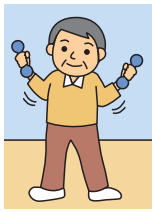
男女共同参画週間に合わせ実施します。ぜひご参加ください。

▽**日時**　6月25日㈮午後6時30分～8時30分。※午後6時開場。
▽**内容**　「男と女の人間学～ありのままのあなたと私」。
▽**講師**　心理カウンセラー神田裕子さん。
▽**会場**　区民センターホール。
▽**定員・費用**　100人。無料。
▽**申込**　当日直接会場へ。
※託児を希望される方は、6月11日㈮～18日㈮午前8時～午後9時に札幌市コールセンター☎（222）4894へ電話で申し込み。託児の対象は、0歳～小学3年生20人。先着順。
▼**詳細**　札幌市コールセンター☎（222）4894、区地域振興課地域活動係☎（861）2400内線256

□子育て講座

▽**日時**　7月14日㈬午後2時～3時30分。
▽**内容**　「今が大事！思春期につながる幼児期の子育て」。
▽**講師**　詩画作家　坂本勤さん。
▽**対象**　3歳から就学前までのお子さんを育てている保護者（受講中の託児あり）。
▽**会場**　区民センター3階集会室A。
▽**定員**　20人。
▽**費用**　無料。
▽**申込方法**　6月18日㈮午前9時から電話で申し込み（先着順）。
▼**申込・詳細**　区保健福祉サービス課子育て支援担当☎（861）2400内線505

□シニアのための筋力アップ講座



▷**日時**　7月12日（月）午後1時30分～4時30分。
午後1時より受付開始。
▷**会場**　区民センター3階　区民ホール、視聴覚室
▷**内容**
①講演会（午後1時30～）
・テーマ　「筋力トレーニングでいきいきライフ～寝たきりを防ごう」
・講　師　札幌市中央健康づくりセンター運動指導士　佐竹恵治さん
②健脚度測定及び筋力アップトレーニング（午後2時40分～）
・内　容　歩くことに関する筋力、柔軟性、バランスなどの体力測定と筋力アップトレーニング。
▷**参加方法**
・①については、どなたでも参加できます。当日直接区民ホールへお越しください。
・②については、65歳以上の方で予約制になります。**6月11日（金）～21日（月）に電話でお申し込みください（先着順）**。また、②に参加する方は①も受講していただきます。※身体状況により受けられない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。
・①、②ともに、当日は動きやすい服装でお越しください。
【申込・詳細】区保健福祉サービス課保健福祉二係
☎861－2400　内線332、333