

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)。  
◆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講目)、エプロン・三角きん(2講目)。  
◆申込方法 9月13日(月)17日(金)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

実施日	時間	場所	内容
9月28日(火)	午前10時～11時50分	料理室 大ホール	講話 リズム体操
10月5日(火)	午前9時30分～正午	料理室	講話 調理実習
10月7日(木)	午前10時～11時50分	大ホール	講話 屋外ウォーキング

◆会場 月寒公民館。  
◆対象 西岡・福住・月寒・東月寒地区にお住まいの40～65歳の方で、総コレステロール値が200mg/dl以上、または

中性脂肪値が150mg/dl以上(空腹時)で、運動可能な方。3回通して参加できる方。  
◆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講目)、エプロン・三角きん(2講目)。  
◆申込方法 9月13日(月)17日(金)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

## エンジヨイ・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ます。  
◆日時 9月30日(木)午前10時～午後1時30分。  
◆会場 区民センター2階料理実習室。  
◆対象 区内にお住まいの初妊婦の方。

◆定員・費用 30人。無料。  
◆持ち物 エプロン、三角きんなど頭を覆うもの、母子手帳。  
◆申込方法 9月14日(火)22日(水)午前9時～午後5時に、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

## 福祉除雪協力団体の募集

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下さる区内所在の「地域協力団体・企業」を募集します。  
◆除雪期間 12月1日(水)～来年3月25日(金)。  
◆内容 道路に面した間口1・5軒と敷地内の間口から玄関先までの道路幅80cm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10cm以上の降雪があった日)の午前中に作業を行なっていただきます。  
◆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冬1世帯につき2万1千円(除雪期間終了後に振込み)。  
◆申込 10月18日(月)まで。(申込先・詳細)豊平区社会福祉協議会(区民センター内) ☎(815)2940

## 秋の図書館フェスティバル

住まいのお手入れに関する講演会「住まいのお手入れ」プロに教わるお掃除のコツ」。  
◆講師 金浜 秀博氏(有ダスキンマサル取締役部長)。  
◆日時 10月23日(土)午後2時～4時。  
◆会場 西岡図書館2階閲覧室。  
◆定員・費用 80人程度。無料。  
◆申込方法 10月2日(土)から左記窓口でお申し込みください。先着順。(申込先・詳細)西岡図書館

## 西岡図書館から

△たのしいお話の会V(幼児・小学生) 9月15日・22日、10月6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V(幼児・小学生) 10月6日(水)。午前11時～11時30分。  
△あおぞらくらぶV(幼児・小学生) 9月15日(水)。午前11時～11時30分。  
△一日司書体験V  
◆日時 10月16日(土)午前10時30分～午後3時。  
◆内容 本の修理。  
◆対象 小学4～6年生。  
◆定員 4人。  
◆申込方法 10月2日(土)午前9時15分から、左記窓口へお申し込みください。なお、9月21日(火)から西岡図書館、区民センター図書室、月寒公民館で申込用紙を配布します。先着順。(詳細)西岡図書館

## 図書の無償譲渡

西岡図書館で廃棄する図書のうち、再利用できるもの2千冊を無償でお譲りします。対象は、市内図書施設に貸出登録している方(個人)。  
◆日時・会場 9月25日(土)午前10時～11時30分。西岡図