

西区在宅介護者のつどい

在宅で介護されている方の息抜き・交流の場です。

日時 6月28日(火)午前9時10分～午後3時

行先 朝里川温泉かんぼの宿
集合・解散場所 西区民センター(琴似2-7)。

対象 高齢者や障がい者を介護している方。

定員・費用 30人。千500円。

申込 6月13日(月)～21日(火)。電話で。先着順。

申込先・詳細 西区社会福祉協議会 TEL(64)2400内線459

西保健センターから

▽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(すこやか健診受診者を除く40歳以上の方)。

日程 下表①の通り。

費用 心電図千200円、C型肝炎ウイルス等検査は100～400円。それ以外は無料。

申込 直接会場へ。
詳細 西保健センターTEL(62)4241

▽西野地区健康講座

内容 「あなたの心は健康ですか？」(医師による講話)。

日時・会場 6月17日(金)午前10時～正午。昭和会館(西野6-3)。

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(66)0360、西野連町衛生部副部長山田さん宅TEL(66)4931、昭和連町衛生部長

①地区健康相談

月日	受付時間	会場
6月20日(月)	午前9時～11時	八軒東会館(八軒3東4)
6月29日(水)	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)

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13日～9月21日(水) 全10回	各30人	6,100円(4,800円)
		初級	午前11時～午後0時30分	7月13日～9月21日(水) 全10回		
		中級	午前9時30分～11時	7月12日～8月11日(火)/(木) 全10回		
一	バドミントン	入門	午前9時30分～11時	7月13日～9月21日(水) 全10回	30人	6,100円(4,800円)
		初級	午前11時～午後0時30分		15人	
一	テニス ^{※2}	初中級	午後0時30分～2時	7月1日～8月2日(火)/(金) 全10回	各10人	7,400円(6,000円)
		中級	午後2時～3時30分			
般	ピラティス・ボールシェイブ	午後1時～2時10分	7月5日～9月13日(火) 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1日～9月16日(金) 全10回			
	健美操	午前11時～午後0時30分	7月1日～9月9日(金) 全10回			

※ 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17年度第2期)未受講の方優先。

国民健康保険料・介護保険料について

平成17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。特に急ぎの方以外は、その時期を避けてご相談くださいませうお願いします。

お申し込みは、
 発送日 ①6月13日(月) ②国民健康保険料納付通知書。③6月15日(水) 介護保険料納入

内容 左表②の通り。
 申込 6月14日(火)～16日(木)午前9時～午後9時に直接来館するか電話で。定員を

桂下さん宅TEL(66)5430
 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)

西区体育館スポーツ教室



6月9日(木)～17日(金)は図書特別整理(蔵書一斉点検)のため、図書室を休止しています。※本の返却は図書室前のブックポストへ。
 詳細 西野地区センター(西野4-2) TEL(66)5550

西野地区センターから

申込先・詳細 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(66)2149

超えた場合、6月17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。