

主な施設の所在地・電話番号

厚別区役所 895-2400 (代)
〒004-8612 厚別中央1条5丁目
厚別保健センター 895-1881
〒004-8612 厚別中央1条5丁目
厚別区土木センター 897-3800
〒004-0039 厚別町下野幌45-39
白石清掃事務所 876-1753
〒003-0876 白石区東米里2170
厚別区体育館 892-0362
〒004-0072 厚別中央2条5丁目

厚別図書館 894-1590
〒004-0051 厚別中央1条5丁目
厚別区民センター 894-1581
〒004-0051 厚別中央1条5丁目
厚別西地区センター 896-2000
〒004-0064 厚別西4条4丁目
厚別南地区センター 896-3000
〒004-0022 厚別南7丁目

電話番号をよくご確認の上、おかけください

厚別区からの

お知らせ

10月11日～11月10日

厚別保健センターから

いきいき生活体験講座

参加者募集

▽日時・内容 左表の通り。
▽定員 15人。
▽費用 無料。

月日	時間	内容	場所
10/25(火)	午後1時15分～3時30分	ウォーキング、ストレッチ、交流会など	厚別区体育館
10/31(月)		体力チェック、交流会など	厚別保健センター

▽対象 おおむね40歳～65歳の方で、2日間とも参加できる方。
▽申込方法 10月12日(水)から、電話で(先着順)。

「たばこをやめたい」と思っている方へ

▽期間 10月～1月。
▽場所 厚別保健センター。
▽対象・定員 市内にお住まいの禁煙を希望する方で、期間中の平日の日に2～3回程度保健センターに来所できる方、10人程度。
▽費用 無料。
▽申込方法 10月13日(木)～21日(金)の午前9時～午後5時に、電話で(先着順)。
▽日時 10月14日(金)、21日(金)の午後1時15分～2時30分。

ポリオワクチン服用

▽日時 10月14日(金)、21日(金)の午後1時15分～2時30分。

▽会場 厚別保健センター。
▽対象 生後3カ月以上90カ月未満の子ども。
▽費用 無料。

※昭和50年～52年生まれの方への有料接種も行っています。注意事項など詳しくは、本誌9月号26ページをご覧ください。か、直接お問い合わせください。

地域健康教室

月日	時間	会場	内容
11/2(水)	午後1時30分～3時	厚別会館(厚別中央4条3丁目)	「肺の病気とたばこ」 増田内科クリニック 院長 増田 徹氏
11/8(火)	午後1時30分～3時	青葉会館2階ホール(青葉町3丁目)	「愛(eye)のある目の話」 札幌社会保険総合病院 眼科部長 鷹見公貴氏

市民健康教室

▽日時 11月7日(月)午前10時30分～正午。
▽会場 厚別西会館(厚別西2条3丁目)。
▽テーマ 知っておきたい薬の話。
▽講師 新札幌駅前薬局薬剤師 丹野 進氏。

▽胃がん・大腸がん検診
▽実施日 11月24日(木)、25日(金)、28日(月)、29日(火)、30日(水)。
▽受付時間 午前8時45分～10時。

▽会場 厚別保健センター。
▽対象 40歳以上の方。
▽費用 胃がん・大腸がんセット検診1千100円、胃がん検診のみ700円、大腸がん検診のみ600円。
▽申込方法 検診日の10日前までに、直接または電話で。
▽その他 減免制度については、直接お問い合わせください。

子育て支援担当から

子育てボランティア講習会

▽日時・内容 左表の通り。
▽受講生募集

月日	内容
11/11(金)	子育て家庭の現状と子育て支援の必要性
11/15(火)	子どもの発達とあそびの大切さなど
11/16(水)	具体的な活動場面での親子とのかかわり
11/17(木)	地域の子育て支援活動、今後の活動に向けて

▽時間 午前10時～正午。全4回。

▽会場 厚別保健センター。
▽対象・定員 子どもやボランティア活動に関心のある方、

20人。
▽申込方法 10月18日(火)の午前9時から、電話で(先着順)。

▽子育て講座「おしゃべり広場」
▽日時 11月28日(月)、30日(水)午前10時～11時30分、全2回。
▽会場 厚別区民センター2階会議室A。
▽対象・定員 0歳から就学前までのお子さんの保護者、10人。
▽申込方法 10月27日(木)午前9時から、電話で(先着順)。
開催中はお子さんをお預かりします。希望する方は同時に申し込みください。

▽申込先・詳細 保健福祉サービス課子育て支援担当
(895) 2400 内線507

市税・国民健康保険料の納付相談

事情により市税や国民健康保険料の納付が困難な場合は、お早めにご相談ください。日中や平日に区役所にお越しになれない方のために、夜間および休日の納付相談も行っています(庁舎東側の通用口からお入りください)。

▽市税
▽日時 夜間10月17日(月)～

