

西保健センターから

▽健康づくりリーダー養成研修「あなたとわたしの健康づくり教室」

内容 生活習慣病の予防について。講話、体操、ヘルシークッキング（実習と試食）。

日時 1月27日（金）、2月8日（水）、20日（月）、21日（火）、28日（火）。午後1時30分～3時30分（2月8日は午後2時30分～4時30分）。

会場 西保健センター（琴似2-7）^ほ。

対象 健康づくりに関心のある40歳以上の方。

定員・費用 40人。無料。

申込 1月10日（火）～16日（月）午前9時～午後5時に電話で。先着順。

▽児童虐待予防・防止ネットワークショップ会議研修会

内容 講演「親への支援を考える」対応に困ったとき」。

日時 1月31日（火）午後3時～4時30分。

会場 西保健センター。

申込・費用 不要。無料。

申込先・詳細 西保健センターTEL (011) 4241

▽胃がん・大腸がん検診
今年度未受診の方（40歳以上）のため検診日を設けました。

日時 1月20日（金）、23日（月）、25日（水）、27日（金）。午前8時45分～10時に受け付け。検診は午前中で終了。

会場 西保健センター。

費用 左表の通り。ただし、70歳以上の方または65～69歳の老人保健法医療受給者、40歳以上の方で生活保護世帯・市民税非課税世帯の方は、無料（受診の際に受給者証または証明書をお持ちください）。

申込 1月12日（木）までに電話で市コールセンターへ。

胃がん・大腸がん検診（セット）	1,100円
胃がん検診のみ	700円
大腸がん検診のみ	600円

▽父親教室



内容 グループ体験、講話。

日時 2月16日（木）午後6時30分～8時30分。

会場 西区民センター（琴似2-7）。

対象 4～7月に初めて出産予定の夫婦。

定員・費用 50組。無料。

申込 2月9日（木）～14日（火）に電話で。多数時抽選。落選時のみ連絡。

西区民センターから

▽西区民講座

内容 下表の通り。

対象 西区に在住か通勤の方。

申込 1月4日（水）～18日（水）午前10時～午後5時に直接来館か電話で。多数時は1月19日（木）に抽選。結果は申込者全員に電話連絡。

▽第32回西区新春囲碁・将棋大会

日時 1月29日（日）午前9時45分～午後4時（予定）。

会場 西区民センター（琴似2-7）。

対象 西区に在住か通勤・通学の方。

定員（囲碁）各32人。①上級（有段者）②中級（1級まで）③小・中学生の部（3級まで）。

（将棋）各32人。①上級（有段者）②中級（1級まで）③小・中学生の部（3級まで）。

※高校生以上は上・中級へ。費用 無料（昼食は各自）。

申込 1月5日（木）～13日（金）午前10時～午後5時に直接来館か電話で。先着順。

申込先・詳細 西区民センター（琴似2-7）TEL (011) 4791

講座名	日時・曜日・回数	定員	費用
ジャイロキネシス※（初心者対象）	2月13日～3月6日（月）午後1時30分～3時（全4回）	20人	1,800円
はじめよう！やさしいピアノ	2月7日～28日（火）午前10時～正午（全4回）	20人	6,300円
おうちカフェ～4カ国のお手製お菓子と紅茶でおもてなし	2月2日～23日（木）午前10時～午後0時30分（全4回）	16人	5,700円
ワンちゃんのオリジナル服を作ろう！	2月2日～16日（木）、27日（月）午後1時30分～3時30分（全4回）	15人	3,500円

※ヨガ・気功・太極拳・バレエなどの要素を盛り込んだエクササイズ

山の手図書館から

①たのしいお話し会

日時・内容 1月17日（火）午後3時～3時30分Ⅱ「三びきのやぎのがらがらどん」^ほ。

②子ども映画会

日時・内容 1月19日（木）Ⅱ「百ぴきねことまほうつかい」^ほ。2月2日（木）Ⅱ「おなかのなかにおいがいる」^ほ。共に午後3時30分～4時。

③絵本の読み聞かせ会
日時 1月24日（火）、2月7日（火）。共に午後3時～3時30分。

④豆まき会
日時 1月31日（火）午後3時～3時30分。

詳細 山の手図書館（山の手4-2）TEL (011) 6822

平成17年度自治振興功労者表彰

長年、地域の発展に尽くされた方の功績をたたえ、11月18日（金）「札幌市自治振興功労者」の表彰式が行われました。

西区からは、昭和連合町内会前会長の中村治弘さん、発寒連合町内会会長の目黒清さんが受賞されました。心からお祝い申し上げます。



なかむら 治弘さん



めぐろ 清さん