



国民健康保険料の納付には、便利で安心・確実な口座振替をご利用ください



第14回 フラワーコンサート

花と音楽のまちとよひらに彩りを添える、区内の小中学生を中心とした音楽祭です。今年には高校5校、札幌大学の吹奏楽団や一般の方々も出演し、迫力ある演奏を披露してくれます。この機会にぜひ会場まで足を運びください。

◆日時 7月31日(月)。午前10時開場、10時25分開演。

◆会場 札幌コンサートホール「Kitarara」(中央区中島公園1-5)。

◆入場料 無料。

(詳細)区役所地域振興課地域活動担当係(区民センター内)内線258

認知症と向きあう シンポジウム

年々、増加する認知症者について保健・福祉・医療の関係者が集まって、参加者と学びあうシンポジウムです。

◆テーマ 「認知症って?うつ病ってなに?」みなさんのこころは元気ですか?

◆基調講演 「認知症とうつ病を理解する」。

◆講師 市立札幌病院 診療院 精神科・神経科医師 山本晋氏。

◆シンポジウム 「こころの健康」みなさんのこころは元

気ですか?」。生活をともにしている立場・相談窓口としての立場・サービス提供者の立場から。

◆日時 7月19日(水)午後6時30分～8時30分。

◆会場 道立総合体育センター「きたえる」2階(地下鉄豊平公園駅直結)。

◆定員・費用 250人。無料。

◆申込方法 当日、直接会場へお越しください。先着順。

(詳細)区役所保健福祉課福祉支援係・保健支援係内線328・348

西岡図書館から

◆たのしいお話の会 (幼児・小学生) 7月13日・20日・27日、8月3日・10日のいずれも木曜日。午後3時～3時30分。

(詳細)西岡図書館

夜間納税相談

平日の日中に来庁できない方は、ぜひご利用ください。



◆日時 7月20日(木)、8月3日(木)のいずれも午後8時まで。

◆会場 区役所2階納税課。(詳細)区役所納税課 内線279

国民健康保険料の 夜間・休日相談

保険料の納付が困難で、平日の日中に来庁できない方は、ぜひご利用ください。



◆日時 夜間=7月20日(木)・21日(金)のいずれも午後7時30分まで。休日=7月23日(日)の午前9時～午後2時30分。

◆会場 区役所1階保険年金課。(詳細)区役所保険年金課収納一係・二係 内線408・424・425

第13回 ひと口健康メモ～食中毒予防の3原則～

毎年7～9月にかけて、細菌性食中毒の発生が多くなります。以下の「食中毒予防の3原則」を守り、家庭内での食中毒発生を防ぎましょう!

原則1「清潔(菌をつけない!)」

調理する前には、必ずせっけんで手を洗いましょう。調理に使った包丁・まな板などの消毒も忘れずに行いましょう。

原則2「迅速・冷却(菌を増やさない!)」

食中毒菌は、20～40℃の室温で急速に増殖します。食品は冷蔵庫で保管しましょう。また、調理した食品は速やかに食べるようにしましょう。

原則3「加熱(菌をやっつける!)」

十分な加熱は、食中毒予防に極めて有効です。食品は中までしっかり火を通しましょう。

じどうかいかんだより

平 岸 平岸3-9-15-22 ☎812-2493
プチフレンズ(プレスレットづくり)
7月19日(水)・20日(木)午後3時30分(小1～・女子・申込・参加料)

美 園 美園6-5-4-1 ☎824-5440
いちりんしゃけんてい
7月19日(水) 午後3時30分 (小1～)

豊 平 豊平6-7-1-12 ☎811-1376
青少年育成委員会共催盆踊り
8月3日(木)・4日(金)午前10時30分 (幼児～大人)

中の島 中の島2-3-8-1 ☎811-5215
あそびの広場「親子の体育あそび」
7月20日(木)午前10時30分(2歳以上の幼児10組・申込・参加料)

天神山 平岸1-19-2-55 ☎816-0388
てんじんおそうじ部隊
7月26日(水) 午後3時 (小1～・申込)

福 住 福住1-1-5-5 ☎855-0350
ピース講座
7月11日(火)午後3時30分(小1～・申込・12人・参加料)

西 岡 西岡3-6-6-1 ☎852-8113
ファミリー行事親子で作ろうダンボールDEビザ
7月22日(土)午前10時30分(幼児～・15組・申込・参加料)

東 月 寒 月寒東3-16-13-28 ☎853-9741
ツッキーの?BOX～ゴロゴロアイス作り～
7月28日(金) 午後2時 (小1～・申込・20人・参加料)

あやめ野 月寒東4-10-6-10 ☎857-5862
人形劇団ひよっこ公演
7月20日(木) 午後3時10分 (幼児～・申込)

月 寒 月寒西1-6-3-21 ☎851-6433
月にねがいを…一輪車DAY
7月21日(金) 午後2時30分 (小1～・申込・30人)

西岡高台 西岡4-11-4-22 ☎581-5394
クレリア(本の読みきかせ)
7月24日(月) 午後3時 (小1～)

※幼児は保護者と一緒に参加してください。
※()内に「申込」とあるのは、事前の申し込みが、「参加料」は参加費用が必要です。詳細は各会場へ。