

# とよひら



編集

豊平区役所総務企画課広聴係  
〒062-8612 豊平区平岸 6条10丁目  
☎822-2400 内線214・215  
FAX 813-3603

このページの背景は石垣さんの作品「あの人に続く道」です。  
石垣さんのHP [http://www.geocities.jp/wcp\\_wataru\\_j](http://www.geocities.jp/wcp_wataru_j)



## とよひら元気印 (第5回)

いし がき  
**石垣**

わたる  
**渉さん(27)**

イラストレーター  
豊平区月寒在住

月寒在住の石垣さんは、水彩画を専門とするフリーのイラストレーター。絵画を本格的に習った経験はなく、大学では経済学を専攻したという異色の経歴の持ち主です。

子どものころから絵を描くことが大好きだった石垣さんですが、「画家を目指すことへの両親の反対などもあり、大学入学後の2年間は絵をまったく描きませんでした」と笑います。しかし、卒業後の進路を考えた時、「自分には絵しかない」と夢だった絵の道を再び歩き始めます。

大学卒業後、就職はしましたが絵は描き続けました。そして2年、自分でも満足できる作品が仕上がり、それをきっかけにイラストレーターとして生きていこうと決断し、会社を辞めました。

「現実には厳しかったですね。自分のイラストを持って飛び込みの営業をしながら、居酒屋でアルバイトをしていました」。そんな時、石垣さんの絵を見た人から絵画教室を開いてみないかと勧められました。「若い自分に講師ができるだろうかと悩みましたが、何でもやってみよう」という気持ちで始めた絵画教室も、現在は豊平区と中央区の教室で、20名を超える生徒さんを教えています。また、雑誌などにも作品が掲載されることが増えてきたことから、「つい最近アルバイトを辞めました。でもこれからが本当の勝負です」と気を引き締めます。

石垣さんのお気に入りの場所は、月寒公園。「毎日、足を運んでいます。次は公園の風景も描いてみたいですね」と話す優しい笑顔は、石垣さんの作風そのものでした。

豊平区の人口・世帯数		
人口	209,449人	(-180)
男	98,549人	(-139)
女	110,900人	(-41)
世帯数	102,454世帯	(-51)
(8月1日現在。( )内は前月比)		



豊平区ホームページ

「夢ひらく花ひらくとよひらく」

<http://www.city.sapporo.jp/toyohira/>

豊平区広報番組「豊平インフォメーション」

FMアップル76.5MHz

毎週木曜午前9時30分～



健康づくりを考えよう

# ウォーキング を楽しむ



ウォーキングとよ14」のメンバー。最後列左から2人目が谷口さん、最前列左から2人目が吉田さん、3人目が石塚さん

今日は、健康づくりのために気軽に始めることができる  
ウォーキングに取り組んでいる団体やおすすりルートをご紹介します。

## ウォーキング 団

豊平区には、健康づくりを目的として、親しい友人や地域の仲間同士でさまざまな活動をしている団体が数多くあります。

豊平第14分区町内会のメンバーにより、平成12年に結成された「ささ.ウォーキングとよ14」もその1つ。代表の石塚幸子さんをはじめ、60歳〜80歳の会員42人が、毎月第2日曜日に中島公園内のウォーキングを行っているほか、年2、3回、ごみ拾いをしながら豊平川河川敷を歩くなど、活発な活動をしています。

メンバーの谷口利孝さんただよすあきと吉田保明さんに活動内容や会の雰囲気などをお話ししてもらいました。  
「町内会のメンバーで何か健康に良いことを始めようと思ったのが、会を結成したきっかけです。ウォーキングは1回にだいたい4kmほど歩きます。健康づくりのためだけではなく、町内会のメンバーのコミュニケーションにも役立っています」と話す谷口さん。



豊平公園内のウォーキング

吉田さんも「皆仲が良く、楽しくウォーキングをしています。メンバーの中には、個人でもウォーキングをしている人がいて、歩いた距離を競い合っています。町内会の旅行では、成績発表も行っているんですよ」と笑顔を見せてくれました。

ウォーキングは、自己体力の維持のため、また仲間とのコミュニケーションのため、ずっと続けていきたいと話す2人。今後は、芸術の森などの散策も計画しているそうです。

保健センターでは、自主的に継続的な健康づくり活動を促進するため、自主活動グループへ助成金を交付するなど、自立化に向けた育成支援を行っています。詳しくは、保健センター(☎822)2400 内線516)までお問い合わせください。

## ウォーキング おすすりルート

●豊平公園と  
りんご並木ルート 距離/約5.4km 所要時間/約1時間30分  
歩数/7,700~9,000歩 消費カロリー/約300kcal



▲りんご並木

親しい友人や地域の仲間と一緒にウォーキングをするのも楽しいですが、一人で気軽に始めることができるのもウォーキングの魅力です。

豊平区には、わたしたちの住む地域の魅力を再発見することができるウォーキングおすすりルートがあります。

その中の1つ、地下鉄東豊線学園前駅から美園駅を結び、つきさっぶ郷土資料館経由で月寒公園に至る「豊平公園とりんご並木ルート」をご紹介します。

このほかにもおすすりルートがたくさんあります！詳しくは区役所で配布しているウォーキングマップをご覧ください。ウォーキングマップは豊平区ホームページ<http://www.city.sapporo.jp/toyohira/>でもご覧いただけます。



「とよひら元気大作戦!!月間」事業



# 健康フェア豊平 2006

～踏み出そう!健康づくりの第一歩～

保健センターでは、医療関係団体や食生活改善推進員協議会などの協賛により、「健康づくり懇話会」と共催で、「健康フェア豊平2006～踏み出そう!健康づくりの第一歩～」を開催します。いずれも参加は無料です。ぜひご参加ください!

**とき** 9月29日(金)午前10時～午後3時

**ところ** 区民センター(豊平区平岸6条10丁目)

(詳細)  
保健センター健康・子ども課(内線521)

**相談コーナー** | 午前10時～午後2時

- 医師による健康相談 ●薬剤師による薬の相談
- がん検診の情報コーナー ●介護予防相談コーナー
- 歯科医師による義歯・歯周病・歯の矯正・小児の歯の相談

2階大ホール  
(直接会場へ)

**健康づくり講演会** | 午後1時30分～2時30分

膝の健康のウソとホント

～痛みなく膝は老化する!～

講師: 西岡第一病院

スポーツ整形外科部長 なかの 中野 かずひこ 和彦先生

2階視聴覚室  
(直接会場へ)

**食生活改善展** | 常設

テーマ: あなたの食事バランスは大丈夫?  
試食もあります!

2階大ホール  
(直接会場へ)

**リフレッシュ体操コーナー**

1回目 午前10時30分 | 2回目 午前11時30分

20分～30分程度の体操です。動きやすい服装でご参加ください。

2階大ホール  
(直接会場へ)

**演奏会** | 午後2時40分～3時

北海学園大学吹奏楽団によるミニコンサートをお楽しみください!

2階大ホール  
(直接会場へ)

**測定コーナー** | 常設

- 血圧 ●血行度測定
- 体脂肪 ●手の清浄度

2階大ホール  
(直接会場へ)

●区役所3階食堂で、午前11時からヘルシー定食(1食500円・限定70食)を提供しています!



## さわやが ウォーキング

参加には予約が必要です

開催日時: 9月29日(金)

集合場所: 区民センター

集合時間: 午前9時30分

雨天時は中止となりますので、屋内で行われる健康フェアをお楽しみください(中止の連絡はしません)。

札幌市コールセンターで9月11日(月)から受け付け開始

☎222-4894 午前8時～午後9時(年中無休)

○参加は無料です。運動靴と歩きやすい服装でご参加ください。

月寒公園内を経験(健脚者、初心者)に合わせ楽しく歩きます。ウォーキングの時間は1時間程度です。



昨年のウォーキングの様子

9月と10月は「とよひら元気大作戦!!月間」です。  
本誌区版4ページのイベントカレンダーもぜひご覧ください!





9月と10月は「とよひら元気大作戦!!月間」です。期間中地域と協働で行う楽しいイベントが盛りだくさん! ぜひ、参加して元気になっちゃいましょう!!

月日	イベント名	概要	問い合わせ
9月 14日 (木)	交通安全街頭啓発	朝、区役所前で職員が交通安全街頭啓発を行います。	区役所総務企画課 (内線252)
	とよひらロビーコンサート	ハンドベル演奏「こひつじひろば マザーズベル(福住小PTA)」 ◆会場 区民センター1階ロビー(入場無料) ◆時間 午後0時20分~(30分程度)	区役所地域振興課 (内線203)
	ヘルシー定食	栄養士が献立を立てた、野菜たっぷりの定食です。区役所3階食堂で午前11時から提供します。1日限定40食。1食500円。レシピも配布します。	区役所健康・子ども課 (内線524・526)
17日 (日)	とよひら楽座にぎわい市	フリーマーケットや出店、遊びのコーナーなどで秋の1日を満喫! ◆会場 豊陵公園(豊平6-3) ◆時間 午前10時~午後2時	豊平商店街振興組合 (☎822-8836)
19日 (火)	ヘルシーウォーキング	5km程度のウォーキングです。詳細は、右記へお問い合わせください。 ◆集合場所 平岸会館(平岸2-7) ◆集合時間 午前9時30分	平岸まちづくりセンター (☎811-9545)
20日 (水)	「でんきでげんき展」 (26日(火)まで)	安心・安全な住宅設備へのリフォーム相談コーナーを開設します。 ◆会場 区民センター1階ロビー ◆時間 午前10時~午後5時	区役所地域振興課 (内線297)
	ヘルシー定食	9月14日(木)欄参照	
21日 (木)	秋の交通安全市民総ぐるみ運動(30日(土)まで)	区内各地区で、交通安全街頭啓発を行います。	区交通安全運動推進委員会事務局 (内線254)
24日 (日)	美園りんごまつり	ゲームコーナーやリングにちなんだ出店。地域の名物料理「みその鍋」の店もあります。 ◆会場 美園まちづくりセンター裏(美園6-5) ◆時間 午前10時~午後3時	美園まちづくりセンター (☎811-4119)
29日 (金)	健康フェア	本誌区版3ページ参照	
	ヘルシー定食		
10月 1日 (日)	トークショー ~サッカー選手の元気のひみつ~	本誌区版5ページ参照	▲健康フェアのウォーキング
2日 (月)	ノルディック応援パネル展 (9日(祝)まで)	来年2月に、札幌ドームなどで開催される2007年FISノルディックスキー世界選手権札幌大会の応援パネル展です。 ◆会場 区民センター1階ロビー ◆時間 午前9時~午後5時	区役所地域振興課 (内線297)
4日 (水)	ヘルシーウォーキング	9月19日(火)欄参照	
9日 (祝)	羊ヶ丘フットパス2006 福住地区住民ウォーキング	ドームから展望台、水源池までのんびりと歩いてみませんか。 ◆申込方法 9月29日(金)までに右記へお申し込みください。 ◆集合場所 札幌ドーム歩道橋下広場 ◆集合時間 午前10時	福住まちづくりセンター (☎811-9545)
10日 (火)	とよひらロビーコンサート	マンドリン演奏「月寒高校マンドリン部」 ◆会場 区民センター1階ロビー(入場無料) ◆時間 午後0時20分~(30分程度)	区役所地域振興課 (内線203)

イベントは追加・変更になることがあります。カレンダー中のイベント写真は昨年の様子、ヘルシー定食写真はイメージです。

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
- 西岡福祉地区センター** ☎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
- 豊平区保育・子育て支援センター  
(ちあふる・とよひら)** ☎851-2510  
〒062-0061 月寒東1条4丁目

## 福祉除雪協力団体の募集

自力で玄関先の除雪が困難な高齢の方、障がいのある方などの生活を支援するため、「福祉除雪」に協力していただき、区内所在の「地域協力団体・企業」を募集します。なお、福祉除雪利用の申し込みは、本誌28ページをご覧ください。

◆除雪期間 12月1日(金)～来年3月25日(日)。

◆内容 道路に面した間口1・5メートルと敷地内の間口から玄関先までの道路幅80センチを除雪(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の午前中に作業を行っていたいただきます。

◆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がありますので、

## サッカー選手の元気のひみつ

◆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り込み)。

◆申込 10月4日(水)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

◆内容 道沿いに面した間口1・5メートルと敷地内の間口から玄関先までの道路幅80センチを除雪(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の午前中に作業を行っていたいただきます。

◆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がありますので、

豊平区ホームページ「とよひら掲示板」(アドレスは区版表紙右ト下部「確認ください」)



## 区民センター事業 豊平魅力再発見!

◆日時 10月2日(月)・9日(祝)・16日(月)のいずれも午前10時～正午。

◆コース 月寒地域(2コース)。豊平地域(1コース)。

## 地震防災セミナー

◆日時 10月5日(木)午後6時30分～8時。

◆会場 区民センター2階大ホール。

## 夜間納税相談

◆日時 9月21日(木)、10月5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

## 広告欄



今月は固定資産税を納める月です



ちあふる・とよひら  
子育て講座

①子どもとおしゃべりを楽しむために。

◆日時 9月28日(木)午前10時30分～11時30分。

◆対象 3歳までのお子さんと保護者の方。

◆申込開始 9月14日(木)午前10時。

◆定員・費用 20組。無料。託児あり。

②①ニ講座 食事・幼児食

◆日時 10月12日(木)午前10時30分～11時30分。

◆対象 就学前のお子さんと保護者の方。

◆申込開始 9月27日(水)午前10時。

◆定員・費用 10組。無料。

△以下共通▽

◆会場 豊平区保育・子育て支援センター(ちあふる・とよひら)。

◆申込方法 左記へ電話か直接窓口でお申し込みください。先着順。

(申込先・詳細)豊平区保育・子育て支援センター

子育て講座

乳幼児を育てている保護者のための講座です。

◆内容 「子どもの健やかな

心と身体を育てるために」。

◆日時 10月10日(火)午後2時～3時30分。

◆講師 健康・子ども課健やか推進係管理栄養士。

◆会場 区民センター。

◆対象 0歳から就学前の乳幼児を育てている保護者(受講中は、お子さんをお預かりします)。

◆定員・費用 20人。無料。

◆申込方法 9月12日(火)から午前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。

◆その他 子育て講座・子育てグループ懇談会は、合わせて年度中1人1回の参加です。

(申込先・詳細)区役所健康・子ども課子育て支援係

内線572

子育てボランティア講習会

子育て家庭の様子や親子と接するための知識や実技などを学びます(3日間1コース)。

◆日時 10月23日(月)・24日(火)のいずれも午前10時～正午。3日目は、都合の良い日を選んで子育てサロンの見学を行います。

◆会場 区役所(子育てサロン見学はサロン開催場所となります)。

◆対象 子どもやボランティア活動に関心のある方。

西岡図書館から

◆定員・費用 20人程度。無料。

◆申込方法 9月21日(木)から午前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)区役所健康・子ども課子育て支援係

内線572

△たのしいお話の会▽(幼児・小学生)

9月14日・21日・28日、10月5日のいずれも木曜日。午後3時～3時30分。

△子どもとともに本を楽しむ会▽(幼児・小学生)

10月4日(水)。午前11時～11時30分。

△図書のリサイクルフェア▽

西岡図書館で廃棄する図書のうち、再利用できるもの千数百冊を無償でお譲りします(児童書・絵本を除く)。

◆日時・会場 9月27日(水)午後1時～2時30分。西岡図書館2階閲覧室。

◆対象・冊数 市内図書施設に貸出登録している方(個人)。1人10冊まで。

◆申込方法 9月16日(土)から左記で、入場整理券を配布します。先着120人。

(申込先・詳細)西岡図書館



じどうかいかんだより

<p>平 岸 平岸3-9-15-22 ☎812-2493 ドキドキミステリーナイトin平岸 9月30日(土)午後6時30分～10月1日(日)午前11時 (小学生・申込・参加料)</p>	<p>西 岡 西岡3-6-6-1 ☎852-8113 ミステリーナイト 9月14日(木) 午後7時～9時、15日(金) 午後2時～4時 (幼児～大人)</p>
<p>美 園 美園6-5-4-1 ☎824-5440 敬老の日記念行事 9月15日(金) 午後4時 (小1～・100人・申込)</p>	<p>東 月 寒 月寒東3-16-13-28 ☎853-9741 スポーツッキー ～運動会～ 9月29日(金) 午後3時30分 (小1～)</p>
<p>豊 平 豊平6-7-1-12 ☎811-1376 敬老の日のつどい 9月15日(金) 午後3時30分 (小1～)</p>	<p>あやめ野 月寒東4-10-6-10 ☎857-5862 中・高校生お好み焼き・焼きそばパーティー 9月29日(金)午後6時30分(中高校生・申込・参加料)</p>
<p>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」 9月21日(木) 午前10時30分 (幼児・申込・参加料)</p>	<p>西岡高台 西岡4-11-4-22 ☎581-5394 ドッジボール大会 9月21日(木) 午後3時 (小1～)</p>
<p>天 神 山 平岸1-19-2-55 ☎816-0388 むかしあそび 9月20日(水) 午後3時30分 (幼児～)</p>	<p>福 住 福住1-1-5-5 ☎855-0350 こひつじ広場「絵本の読み聞かせと簡単工作」 9月28日(木) 午後4時 (小1～)</p>
<p>月 寒 月寒西1-6-3-21 ☎851-6433 月にねがいをとおとまり会みんなでとまろうゲゲゲのゲ 9月22日(金)午後7時～9月23日(祝)午前11時30分 (小1～・60人・申込・参加料)</p>	<p>※幼児は保護者と一緒に参加してください。 ※( )内の「申込」は事前の申し込みが、「参加料」は参加費用が必要です。詳細は各会館へ。</p>



## ポリオ(小児マヒ)ワクチン服用を忘れずに

お住まいの地区の該当する日時にワクチンを服用してください。詳しくは、本誌全市版25ページをご覧になるか、電話で下記へお問い合わせください。会場では、ワクチン服用者全員の検温と診察を行います。

- ◆実施日時 下表の通り。
- ◆実施会場 保健センター(平岸6条10丁目)。

お住まいの地区	実施日・受付時間
西岡・福住	10月3日(火)午後1時30分～2時30分
月寒中央・月寒西・月寒東(1～6丁目)	10月11日(水)午後1時30分～2時30分
月寒東(7～20丁目)・羊ヶ丘	10月17日(火)午後1時30分～2時30分
美園・豊平	10月18日(水)午後1時30分～2時30分
平岸(1～10丁目)・中の島	10月23日(月)午後1時30分～2時30分
平岸(11～23丁目)・旭町・水車町	10月24日(火)午後1時30分～2時30分
全地区で服用できなかった方	10月31日(火)午前9時30分～10時30分

(詳細)保健センター健康・子ども課保健予防係 内線502・503

## 講座のお知らせ

講座名	曜日	開催日時	定員	受講料 (教材費)	対象・申込方法など
東月寒地区センター (853) 2011 パソコン ワード初級 (全6回)	月・水・金	10/16～27 午前10時～正午	20人	3,400円 (1,000円)	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆対象：区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。</li> <li>◆申込日時・方法：9/27(水)午前9時30分からセンター窓口で整理券を配布し(電話不可)、午前10時から抽選会を行います。午前10時の時点で定員に満たない場合は引き続き受け付けます(先着順)。</li> <li>◆受講料・教材費の納入：お申し込み時にセンター窓口で納入してください。納入された受講料は、原則としてお返しできません。</li> <li>◆会場：東月寒地区センター。</li> <li>◆その他：応募者が10人に満たない場合は、中止する場合があります。その場合、申込者全員に電話でご連絡します。</li> </ul>

## 地下鉄中の島駅周辺の自転車等放置禁止区域を拡張します

10月1日(日)から、条例により、地下鉄中の島駅周辺の自転車等放置禁止区域を拡張します(区域には、右図のマークが入った看板および路面シールが設置してあります)。今後も、自転車・原付(原動機付自転車)の路上放置をしないよう、ご協力をお願いします。



- 放置禁止区域内に自転車・原付を放置(駐輪場以外の場所に置かれている自転車・原付で、利用者がただちに移動できない状態)すると撤去の対象になります。
- チェーンなどで固定されている場合は切断のうえ、撤去します。
- 移動後、2カ月以内に引き取られない自転車・原付は処分します。
- 撤去した自転車・原付の返還
  - ・返還時持参するもの：自転車・原付の鍵、身分証明書、保証書(防犯登録番号か車体番号がわかるもの)、印鑑、撤去費用(自転車1,000円、原付2,000円)。
  - ・日時：日曜～金曜(祝日を除く)午前10時～午後6時。
  - ・返還場所：桑園自転車保管場所(中央区北12条西16丁目、☎726-9282)。



(詳細)土木部維持管理課管理係 ☎859-3800





●成人教室(対象：16歳以上の方) ◀豊平区体育館だより▶

種目	曜日	開講期間	開講時間	定員	受講料
テニス入門	木	11/2～12/21(全10回)	午前10時～正午	各 10人	各 8,900円 (7,100円)
テニス初級	水	10/18～12/27(全10回)	午後1時～3時		
テニス初中級	水	10/18～12/27(全10回)	午後3時～5時		
	木	11/2～12/21(全10回)	午後1時～3時		
	金	10/6～12/22(全10回)	午後1時～3時		
テニス中級	木	11/2～12/21(全10回)	午後3時～5時		
	金	10/6～12/22(全10回)	午後3時～5時		
バドミントン中級	木	11/2～12/21(全10回)	午前10時～正午	30人	7,000円 (5,600円)
卓球初中級	木	11/2～1/18(全9回)	午後1時～3時	15人	6,300円 (5,000円)
ヨガ	水	10/25～12/27(全10回)	午前10時～11時30分	各 30人	各 5,100円 (4,100円)
コリキン体操	水	10/25～12/27(全10回)	午前11時10分～午後0時40分		
ピラティスA	木	11/2～1/25(全10回)	午前9時30分～10時40分		
ピラティスB	木	11/2～1/25(全10回)	午前10時50分～正午		
ナイトピラティス	木	11/30～2/1(全10回)	午後7時30分～8時40分		

●幼児・少年少女教室

種目	曜日	開講期間	開講時間	定員	受講料
少年少女バドミントン (小学1～3年生)	月・ 金	11/17～1/12(全12回)	午後4時30分～6時	各 15人	各 7,600円
少年少女バドミントン (小学4～6年生)					
親子たのび遊び教室 (3・4歳児と保護者)	金	11/10～12/22(全8回)	午後2時45分～3時45分	10組	4,800円
幼児たのび遊び教室 こあらクラス(5・6歳幼児)	金	11/10～12/22(全8回)	午後4時15分～5時15分	各 10人	各 4,800円
幼児たのび遊び教室 ぱんだクラス(5・6歳幼児)	木	11/9～1/18(全8回)	午後2時45分～3時45分		
幼児たのび遊び教室 うさぎクラス(5・6歳幼児)	木	11/9～1/18(全8回)	午後4時15分～5時15分		

- ※電話か直接窓口へお申し込みください(申込期間：10/1(日)～7(土)午前9時～午後8時)。
- ※定員を超えた場合は、10/8(日)午後2時から体育館事務室で抽選を行います。抽選の結果は合否にかかわらず申込者全員に電話連絡いたします。
- ※受講料は10/9(祝)～15(日)に窓口で納入してください。納入日までに納入できない場合は、必ず事前に体育館にご連絡ください。
- ※親子たのび遊び教室を受講する保護者の方は、別途施設利用料が必要です。

●卓球集中講座

種目	曜日	開講期間	開講時間	定員	受講料	申込・受講料納入方法
カット打ち選手 養成講座	火	10/10～10/24 (全3回)	午前10時～正午	10人	2,700円 (2,100円)	申込期間：9/24(日)～30(土)午前9時～午後8時。 抽選：10/1(日)午後2時。 受講料納入期間：10/2(月)～9(祝)午前9時～午後8時。

〈共通事項〉

- ※受講料のカッコ内の金額は、65歳以上の方および受講期間中に65歳になる方の受講料です。申込時に、年齢を証明できるものをお持ちください。
- ※身体に障がいのある方は、各種手帳をお持ちください。受講料を減額できます。
- ※受講料のほか、入館ごとに体育館使用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です(中学生以下無料)。(申込先・詳細)豊平区体育館 ☎855-0791

広告欄