

表1 はっさむ地区センター講座

講座名	日時・曜日	定員回数	費用
①健康講座：介護予防 ～体も元気、脳も元気～	10月24日(火) 午前10時～正午	なし 全1回	無料
②あなたに似合う色 ・カラー入門	11月6日～27日(月) 午後1時30分～3時30分	16人 全4回	2,800円
③パソコン ・エクセル初級	11月8日～17日(水)/(木)/(金) 午後6時30分～8時30分	20人 全6回	4,400円
④初心者のためのパソコン で年賀状づくり	11月7日～9日(火)/(水)/(木) 午前9時30分～11時30分	20人 全3回	2,800円
⑤キムチ風漬物とはさみ 漬けの漬け方	11月10日(金) 午前10時～正午	12人 全1回	1,200円
③④応募多数の場合、即時抽選。			

表2 介護保険・介護予防パネル展

期間	会場	時間
10月11日(水) ～10月13日(金)	西区民センター(琴似2-7)	午前9時～午後9時 (最終日は 午後4時まで)
10月16日(月) ～10月20日(金)	西野地区センター(西野4-2)	
10月23日(月) ～10月27日(金)	はっさむ地区センター(発寒10-4)	
10月30日(月) ～11月2日(木)	はちけん地区センター(八軒6西2)	

表3 地区健康相談

月日	時間	会場
10月20日(金)	午前9時～11時	琴似神社参集殿(琴似1-7)
	午後1時30分～3時	八軒会館(八軒1西1)

表4 ポリオ実施日程表

月日	受付時間	会場
10月13日(金)	午前9時15分～10時45分	西保健センター(琴似2-7)
10月17日(火)	午後1時30分～3時	
10月23日(月)	午前9時15分～10時45分	
10月27日(金)		

表5 西区体育館スポーツ教室

対象	教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料※1
一般	卓球 中級	午前9時30分～11時	11月9日～12月14日(火)/(木)全10回	30人	6,100円(4,800円)
		午後3時～4時30分	11月6日～12月11日(月)/(水)全10回		
	テニス 初中級	午後1時～2時30分	11月10日～12月12日(火)/(金)全10回	各10人	7,400円(6,000円)
		午後2時30分～4時			
	ソフトテニス 初中級	午後1時～2時30分	11月6日～12月13日(月)/(水)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のある方の料金。

はっさむ地区センター講座

内容 左表1の通り。
 会場 はっさむ地区センター(発寒10-4)。
 対象 どなたでも可。ただし、③④西区在住か通勤の15歳以上の方(中学・高校生を除く)。
 申込 ①不要。②10月17日(火)～20日(金)に電話で。先着順。
 ③10月26日(木)午前9時～9時15分に費用を添えて直接来館。④10月26日(木)午前10時～10時15分に費用を添えて直

接来館。⑤10月24日(火)～27日(金)に電話で。先着順。
 申込先・詳細 はっさむ地区センター TEL(662)8411

400内線625

西保健センターから

介護保険・介護予防パネル展
 4月から改正された介護保険制度をご理解いただくためのパネル展を開催します。各会場の初日の午前10時～正午には介護相談も行います。
 日程 左表2の通り。
 詳細 西区保健福祉課 TEL(641)2

▽地区健康相談
 実施内容・対象 血圧測定、尿検査、血液検査および胸部X線間接撮影(すこやか健診受診者を除く40歳以上の方)、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)。65歳以上の方には医師による口腔内の視診などを

実施。
 日程 左表3の通り。
 費用 無料。ただし、心電図は千200円、C型肝炎ウイルス等検査は100～400円。
 申込 不要。

241

西区体育館スポーツ教室

▽ポリオ(小児マヒ)ワクチン服用のお知らせ
 日程 左表4の通り。
 申込 不要。※対象者は体調の良いときに早めに受けてください。会場は駐車場が狭いため、公共交通機関をご利用ください。
 申込先・詳細 西区体育館・温水プール(発寒5-8) TEL(662)2149

内容 左表5の通り。
 申込 10月17日(火)～20日(金)の午前9時～午後9時に直接来館するか電話で。多数時10月22日(日)に抽選。結果は直接来館するか電話で確認してください。