

## 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

### ◆スポーツ講習会受講者募集◆

対象・講習会名	定員	回数	曜日	実施期間	実施時間	受講料 (65歳以上)
① キッズサッカー (ミニサッカー)	20	8	火	12月5日 ～2月6日	午後4時15分 ～5時15分	4,800円
② ジュニアヒップホップ	12	12	木	12月7日 ～3月8日	午後4時15分 ～5時25分	7,300円
③ さわやかキック & ボクササイズ  太極拳12式  太極拳24式  ほのぼの3B 健康体操	30	15	火	12月5日 ～3月27日	午前9時 ～10時20分	7,700円 (6,200円)
			水	11月28日 ～3月20日	午後1時 ～2時30分 午後2時40分 ～4時10分	
			木	11月29日 ～3月28日	午前10時50分 ～午後0時10分	
④ レディース パワーヨガ入門  レディース ローラーピラティス  レディース トータルフィットネスA	10	18	木	12月7日 ～2月22日	午後7時 ～8時30分	6,400円 (5,100円)
			金	12月1日 ～3月23日	午前11時 ～午後0時20分	
			水	11月22日 ～3月28日	午前9時30分 ～10時50分	
⑤ レディース トータルフィットネスB					午前11時 ～午後0時20分	9,600円

**対象** ①小学1・2年生。②小学4年生～中学生。③16歳以上。  
④16歳以上の女性。⑤16～59歳の女性。  
**申込** 10月17日(火)～23日(月)の午前10時～午後8時  
(23日(月)は午後5時まで)。電話または、直接ご来館ください。  
※定員を超える場合は、10月25日(水)午後3時から同体育館1階多  
目的室で抽選を行います(電話での問い合わせは午後4時以降)。  
**受講料納入** 10月26日(木)から11月1日(水)まで同体育館で納入。  
※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、  
65歳以上130円)が必要です。高校生は生徒証を、65歳以上の  
方は年齢を証明できるものをお持ちください。  
※「受講可能」となった場合、その権利を他人に(家族でも)譲  
渡することはできません。

### 平成18年度手稲区 小学生バドミントン大会

**種目** ①小学3・4年生の部  
②小学5・6年生の部。①、  
②とも男女別ダブルス、シン  
グルス。  
**日時** 10月22日(日)午前9時～  
午後3時。  
**会場** 手稲区体育館(曙2条  
1丁目)。  
**対象** 区内の小学校に通う小  
学3年生～6年生。  
**定員** 合計150人。  
**参加料** 無料。  
**申込** 区役所3階地域振興課  
(前田1条11丁目)や手稲区

### ◆カイロと健康

**講師** 高橋 和雄氏(クマカ  
イロ中央院長)。  
**手稲区女性のついで**  
体育館、区内の各小学校で配  
布する申込書に必要事項を記  
入の上、10月12日(木)までに郵  
送、直接持参またはファクス  
で提出してください。要保護  
者印。  
※電話申し込み不可。  
**申込先・詳細** 地域振興課地域  
活動担当  
☎(681)2400内線256  
ファクス(681)2523

### 手稲区民ダンスの集い

**日時** 10月20日(金)午後1時30  
分～3時30分。  
**会場** 区民センター2階区民  
ホール(前田1条11丁目)。  
**対象** 区内在住の方。  
**参加料** 200円。

### ◆困基大会

### 手稲コミュニティ センターから

Aクラス(2段以上)、Bク  
ラス(初段以下)別に行います。  
**日時** 10月21日(土)午前9時～  
午後3時。  
**対象** 区内在住の18歳以上の  
方(学生・生徒を除く)。  
**定員** A・B合計先着40人。  
**参加料** 400円(申し込み時に  
お支払ください)。  
**申込** 10月13日(金)午後1時か  
ら受け付け。電話不可。

### 地震防災セミナー を開催します

平成13年度から調査を開始  
16年度に終了した「石狩平野  
北部地下構造調査」の結果を  
もとに地震防災についてのセ  
ミナーを開催します。  
**日時** 10月19日(木)午後6時30  
分～8時。  
**会場** 区民センター2階区民  
ホール(前田1条11丁目)。  
**申込** 当日、直接会場にお越  
しください。  
**詳細** 危機管理対策室危機管  
理対策課 ☎(21)3062

### ◆女性バドミントン大会

Aランク(3年以上)、Bラ  
ンク(3年未満)別にダブル  
ス(ペアは抽選)で行います。  
**日時** 11月12日(日)午前9時30  
分～午後3時。  
**対象** 区内在住の18歳以上の  
方(学生・生徒を除く)。  
**定員** 各ランク先着20人。  
**参加料** 500円(申し込み時に  
お支払ください)。  
**申込** 11月1日(水)午後1時か  
ら受け付け。電話不可。

### ◆トリプルパソコン講座

	デジカメの パソコン処理	エクセル初級	インターネット 初級
<b>月日</b>	11月13日(月)～17日(金) 全5回		
<b>時間</b>	午前10時～正午	午後1時30分 ～3時30分	午後6時30分 ～8時30分
<b>対象</b>	区内在住の18歳以上の方(学生・生徒を除く)		
<b>定員</b>	各先着20人		
<b>費用</b>	受講料5,000円(デジ カメリース代等を含む)	受講料 4,500円 (テキスト代含む)	受講料 4,500円 (テキスト代含む)
<b>申込</b>	11月2日(木)午前10時から同センター窓口で受け付け(電話不可)。 ◎費用は申し込み時に納入。※講座の複数申し込み可。		

**申込先・詳細** 手稲コミュニティ  
センター1(手稲本町3条1  
丁目) ☎(681)2133