



子育て講座

テーマ 「乳幼児期の食育について」。

講師 保健センター栄養士。
対象 0歳から就学前までの乳幼児を育てている保護者。
※受講中は託児します。

日時 12月1日(金)午後2時～3時30分。

会場 区役所3階C会議室(前田1条11丁目)。

定員 先着20人。

受講料 無料。

申込 11月16日(木)午前9時から電話で受け付け。

(申込先・詳細) 健康・子ども課 子育て支援係

☎(681)2400内線551～555

手稲区民

ダンスの集い

日時 11月17日(金)午後1時30分

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。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 当日、直接会場へお越しください。

(詳細) 区民センター ☎(681)5121

子育て講座

親子で楽しむ人形劇

内容 劇団野良犬による人形劇「千匹オオカミ」ほか。

日時 12月2日(土)午前10時～11時。

会場 手稲区保育・子育て支援センターちあふる・ていね(手稲本町3条2丁目)。

定員 親子先着50組。参加無料。

申込 11月13日(月)午前9時から電話または直接。

受付時間 日曜・祝日を除く午前9時～午後5時。

(申込先・詳細) ちあふる・ていね ☎(681)3162

「ていねっていいね」

写真を募集

手稲の街・人・自然・暮らしなどを題材に「ていねっていいね」と感じたものを写真で表現してみませんか。過去に撮影した写真でも可。応募

写真はJR手稲駅自由通路「あいくる」でご紹介します。
対象 区内在住か、お勤めの方。
条件・その他 カラー、白黒、デジタル写真(いずれもプリントで提出、サイズ自由)。
応募写真は返却いたしません。応募者には特製「あいくる」キーホルダーを差し上げます。

申込 申込用紙に必要事項を記入の上、12月15日(金)までに郵送(必着)か持参。
※申込用紙は区役所総務企画課(前田1条11丁目)、JR手稲駅自由通路あいくる掲示板

(手稲本町1条4丁目)で配布。
(申込先・詳細) 総務企画課地域安全担当係
☎(681)2400内線288

区民講座

◆初心者のパソコン講座～ワード初級と年賀状

日時 11月28日(火)～12月7日(木)の土日を除く全8回。

午前コース 午前10時～正午
午後コース 午後2時～4時

※各コースとも第7・8回は年賀状講座のため1時間延長。
会場 区民センター13階視聴

覚室(前田1条11丁目)。
対象 区内在住かお勤めの15歳以上の方(中高生を除く)。
定員 各コース先着20人。
費用 受講料7千300円(教材費込み)。

申込 11月13日(月)の午前9時～午後7時に電話で。両コースの重複申し込み不可。

費用納入 11月20日(月)と21日(火)の午前9時～午後7時に、同センター窓口で納入。

※一度納入された受講料はお返しできません。
(申込先・詳細) 区民センター ☎(681)5121

保健センターから

前田1条11丁目 ☎681-1211

◆胃がん大腸がん検診のお知らせ◆

11月に集中的にがん検診を行います。まだ検診されていない方はどうぞこの機会に受診されるようおすすめします。11月以外は、毎月第4火曜日に実施しています。

実施日 11月27日(月)、28日(火)、29日(水)、30日(木)。

受付時間 午前8時45分～10時。

会場 保健センター1階(前田1-11)。

対象 40歳以上の方。

料金 ・胃がん検診のみ : 700円
・大腸がん検診のみ : 600円
・上記の両方 : 1,100円

申込 窓口または電話でお申し込みください(予約制)。

※大腸がん検診を受けられる方は申し込み後、受診票と大腸がん検診検体キットを保健センターに取りに来てください。

次の方は費用が免除となります

(1) ①70歳以上の方

②65歳以上の老人保健法医療受給者

確認書類 70歳以上であることが証明できるもの(健康保険証・運転免許証など)、65～69歳の方は老人保健法医療受給者証

※65～69歳の方で(道老)または(老)の老人医療受給者証の方は免除になりません。

(2) 40歳以上の方で、生活保護を受けている方

確認書類 生活保護受給証明書

(3) 40歳以上の方で、市民税非課税の世帯に属する方

確認書類 市民税課税証明書

◎なお、65歳以上の方に関しては、下記の方法で市民税非課税世帯に属することの確認ができます。

→介護保険料納入通知(介護保険料特別徴収通知書)の保険料段階が「第1段階」から「第3段階」まで。