


**お知らせの見方** 内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 費=費用 申=申込 (先着)=先着順 (抽選)=多数時抽選  
 ☎=電話 FAX=ファクス E=Eメール CC=市コールセンター(17番) HP=ホームページ(17番)に詳しい内容を掲載しているもの  
 (要確認)=詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの 子供=子供向けの催し

**サンピアザ水族館** 〒004-0052 厚別区厚別中央2の5 ☎890-2455 FAX 892-5565 HP www3.ocn.ne.jp/~sunpi-aq

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
ラッコの給餌 スタッフ募集	ラッコのダイスケへの餌やり	12/23~1/14の土・日曜、 祝日午前10時30分、午後 0時30分、2時30分	小学生以上各回 1人	無料	往復はがき(1人1枚)に上欄必要事項を記入し、12/17(日) (必着)までにサンピアザ水族館へ送付。(抽選)
サメのふしぎ	<b>内容</b> サメの生態を紹介します。生きているサメに触れる「ふれあいタイム」あり <b>日時</b> 12/16(土)~1/21(日)。サメの「ふれあいタイム」は午前11時、午後3時 <b>費用</b> 900円、3歳~中学生400円 <b>申込・備考</b> 当日直接会場へ				 <b>注目!!</b>

**やまびこ座** 〒065-0027 東区北27東15 ☎723-5911 FAX 723-5934 HP www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/gekijou

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
ふれアート演劇 体験 (子供)	劇遊びを通して演劇の 世界を楽しく体験	1/10(水)、11(木)午後1時~ 4時	小学3年~高校 生30人	無料	12/12(火)からやまびこ座へ☎。(先着)。1/11(木)の会場は BLOCH(中央区北3東5)
親子ワーク ショップ (子供)	親子で楽しく取り組める 人形工作会	1/12(金)午前10時~正午	4歳以上の子とそ の親20組	1組500円	12/19(火)からやまびこ座へ☎。(先着)
公演案内 (子供) (要確認)	<b>直接会場</b> 有料 【人形劇】①1/4(木)午後2時、5(金)、6(土)、7(日)午前11時、午後2時、8(祝)午前11時=ばびぶ&てぶくろ「15周年記念お正月がいつぱい劇場」 【児童劇】②12/16(土)、17(日)午前11時、午後2時=ぐるーぶえるむの森「サンタの赤いぼうし」「サンタへの手紙」(前売りあり) ③12/22(金)午後6時30分、23(祝)午前10時30分、午後2時、6時30分、24(日)午前10時30分、午後2時=乱拍子「お囃子芝居 炬」(前売りあり)				

**こぐま座** 〒064-0931 中央区中島公園内 ☎512-6886 FAX 512-6886 HP www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/gekijou

行事名	内容
公演案内 (子供) (要確認)	<b>直接会場</b> 有料 【人形劇】①12/16(日)午前11時、午後2時、17(日)午前11時=ブランコ「クリスマスファンタジー」「あっちゃんクリスマス」 ②12/23(祝)午前11時、午後2時、24(日)午前11時=ばびぶ&てぶくろ「クリスマスファンタジー」「赤ずきんちゃん」 ③12/26(火)午前11時、午後2時、27(水)午前11時=ぼっけ「ともだちほしいな...おおかみくん」ほか ④1/4(木)午後2時、5(金)午前11時、午後2時、6(土)午前11時=ひよっこ「かさじぞう」ほか ⑤1/7(日)、8(祝)午前11時、午後2時=パペットユニット・サニーサイドアップ「死神ベドロ」[がじがち]

**健康づくりセンター** HP www.sapporo-hpc.com

■中央健康づくりセンター 〒060-0063 中央区南3西11 ☎562-8700 FAX 562-2130

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
楽しく サイズダウン	生活習慣の改善を目指 し、エアロビクスなどの運 動と栄養指導を実施	1月中旬~3月中旬。運動 は火・金曜午後2時20分 ~3時30分。全16回	メタボリック症候 群を改善したい方 30人	20,000円	1/10(水)までに中央健康づくりセンターへ☎。(抽選)。HP
運動指導教室 (要確認)	<b>要確認</b> 有料。いずれも全11回。12/13(水)までにはがきを送付か直接。(抽選)。HP。⑤⑩⑭の会場は東健康づくりセンター(東区北10東7) ①たのしくフィットネス=1/9(火)開講 二十四式太極拳=②1/9(火)開講、③10(水)開講 ④ボディコンバット=1/9(火)開講 リラックスヨガ=⑤1/9(火)開講、⑥10(水)開講、⑦13(土)開講 ⑧シルバーエクササイズ=1/10(水)開講 ダンベル&ストレッチ=⑨1/10(水)開講、⑩11(木)開講 ⑪ボディバンプ=1/11(木)開講 ステップエクササイズ=⑫1/11(木)開講、⑬13(土)開講 健美操=⑭1/11(木)開講、⑮13(土)開講 ⑯らくらくステップ=1/12(金)開講 ⑰段々貯筋術=1/12(金)開講 ⑱ボクシングエクササイズ=1/12(金)開講				

■西健康づくりセンター 〒063-0841 西区八軒1西1 ☎618-8700 FAX 618-8704

行事名	内容
運動指導教室 (要確認)	<b>要確認</b> 有料。いずれも全11回。12/13(水)までにはがきを送付か直接。(抽選)。HP ①いきいき健康体操=1/9(火)開講 ②たのしくフィットネス=1/9(火)開講 ③ボクシングエクササイズ=1/9(火)開講 ④健美操=1/10(水)開講 ⑤シェイプアップ体操=1/10(水)開講 ステップエクササイズ=⑥1/10(水)開講、⑦12(金)開講 ⑧らくらくステップ=1/11(木)開講 ⑨二十四式太極拳=1/11(木)開講 リラックスヨガ=⑩1/11(木)開講、⑪13(土)開講 ⑫シルバーエクササイズ=1/12(金)開講 ⑬ヒップホップ=1/12(金)開講 ⑭ほのぼの気功=1/13(日)開講 ⑮シェイプアップサーキット=1/13(日)開講 ⑯十二式太極拳=1/13(日)開講

**産業振興センター** 〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3033 FAX 820-3220 HP sangyo.center.sec.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
中小企業特別 セミナー	本当に役立つホームペ ージ戦略	1/30(火)午前9時30分~ 午後4時	市内中小企業の 管理者など30人	無料	12/11(月)から産業振興センターで配布する申込書を持参、送 付、FAX。(先着)。申込書は☎、FAX、HPでも入手可。HP
中小企業経営 セミナー (要確認)	<b>要確認</b> 有料。申し込みは12/11(月)から☎、FAX。(先着)。HP ①企画立案力向上セミナー=2/2(金) ②Wordでデザイン文書作成=2/5(月)、6(火) ③提案力向上セミナー=2/13(火) ④Excelブラッシュアップコース=2/19(日)、20(月) ⑤交渉力向上セミナー=2/23(金)				