

成人式(企画・運営) ボランティア募集中!!

平成20年1月14日(祝)に開催予定の清田区成人式を自分自身でプロデュースしてみませんか。

【募集対象】①昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生まれの方、②札幌市に転入した昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生まれの方で、他の市町村で成人式を終えていない方。

【申込先、詳細】地域振興課地域活動担当 ☎889-2400(内線255)、Eメール:kiyota.katsudo@city.sapporo.jp

FANTASTIC
ILLUSTRATION
沢しんや&シークレッツ

ハトが舞い、美女が消える…。ステージ上で繰り広げられるマジックを体験してみませんか。

日時 6月24日(日)午後2時～3時(午後1時30分開場)。

会場 区民センター(清田1条2丁目) 区民ホール。

定員 300人(先着順)。

費用 無料(入場整理券が必要です)。

整理券配布 6月13日(水)から区民センター(午前8時45分～午後9時)、区役所2階地域振興課地域活動担当(月～金曜日の午前8時45分～午後5時15分)で配布します。

その他 駐車場に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

【詳細】清田区民センター運営委員会 ☎(883)2050

学校プールの開放

◆期間 7月1日(日)～8月26日(日)の土・日曜日。実施時間は各校で異なります。

◆対象 小学生、保護者の付き添いのいる幼児(泳げない小学生の保護者の付き添いも可)。

◆開放校 区内の小学校。
※工事や気象状況により、中止する場合があります。

【詳細(財) さっぽろ健康スポーツ財団 ☎(530)5905

子ども会育成連合会からのお知らせ

清田キッズ子ども会

自分の住む町内会に子ども会がないという親子を対象に、清田キッズ子ども会の会員を募集しています。各種行事に参加し、多くの子どもたちとのふれあいを楽しみませんか。

◆対象 区内にお住まいの、自分の町内会に子ども会がない親子。

◆会費 年会費等あり(詳細は左記事務局までお問い合わせください)。

◆募集期間 6月14日(木)募集締め切り。

◆申込方法 電話または直接窓口でお申し込みください。

◆対象 区や地域の子ども会活動で、スタッフの一員として参加していただく応援隊員を募集しています。

◆対象 区内にお住まいか、区内へ通勤・通学(高校生以上)をしている方。

◆申込方法 電話または直接窓口でお申し込みください。

◆申込先・詳細 清田区子ども会育成連合会事務局(清田1条2丁目(区民センター内)) ☎(883)7761

清田区健康大学

健康への関心が高まる中、区民の皆さんが気軽に通える健康講座を開催します。実技を交えた健康法や健康に関する話を聞いて、自分の健康づくりに役立ててみませんか。

◆内容・日時 前半(30分)は、阿部甲子氏による呼吸健康法の実技(各回共通)、後半(1時間30分)は、健康に関する講話(内容は左記のとおり)。

《第1回》6月27日(水) 顔の健康(講師 ハローE.N.J.O.Y 橋文也氏)

《第2回》7月25日(水) (水)健康的な色使い(講師 日本ユニバーサルカラー協会 木村真祐美氏)

《第3回》8月22日(水) 頭の健康(講師 札幌認知症の人と家族の会 下村笑子氏)

※時間は各回とも午前10時～正午。

◆場所 区役所3階健康増進フロア。

◆対象 区内にお住まいの健康に関心のある中高年の方。

◆定員・費用 50人程度・無料。

◆持ち物 運動しやすい服装、室内用運動靴、汗ふき用タオル、老眼鏡(必要な方)。

◆申込方法 参加したい回の1週間前までに電話でお申し込みください。

◆共催 保健福祉課保健支援係

◆申込先・詳細 清田区地域包括支援センター ☎(888)1717

明るい未来をつくるため 生かそう大切なこの一票!!

里美ふれあいクラブから7月講座のお知らせ

パソコン講座(デジタル画像編)
デジタルカメラなどで撮ったデジタル画像をパソコンに取り込み、簡単な加工をします(デジタルカメラを持ってなくても大丈夫です)。パソコンのマウス操作がスムーズにできる方が対象です。
第1回:7月2日(月)「パソコンに取り込む」
第2回:7月9日(月)「画像編集1」
第3回:7月23日(月)「画像編集2」
※各回とも午前10時～正午、定員は10人です。

会場 里塚・美しが丘まちづくりセンター内「里美ふれあいクラブ」スペース

申込方法 6月15日(金)までに電話または直接窓口でお申し込みください。(土・日曜日を除く午前8時45分～午後5時15分)。申し込み多数の場合は抽選を行い、当選者のみはがきで通知します。

受講料 受講料2400円(3回分全納)。受講が決定した方は、6月29日(金)までに窓口で納めてください(土・日曜日を除く午前8時45分～午後5時15分)。期限までに受講料の納入がない場合は、キャンセルになります。一度納入いただいた受講料はお返しできませんので、ご了承ください。

申込先・詳細:里塚・美しが丘まちづくりセンター(里塚2条6丁目里塚ノースヴィレッジ2階)☎884-1210

介護予防教室「若返ろう!しゃっきり教室」

7月から区内3カ所の介護予防センターと保健福祉課保健支援係が協働して、介護予防教室を開催します。いくつになっても「若いですね」と言われたい、そんな方にお勧めです。一緒に「全身しゃっきり」を目指しませんか(全4回、費用は無料)。

内容	日程	会場
頭しゃっきり教室 認知症についての話や手軽にできる脳トレーニングの紹介。	【7月コース】 7月5日(木) 【8月コース】 8月2日(木)	区役所2階 2A会議室
体しゃっきり教室 体が元気になる簡単で上手な食べ方を栄養士が紹介。	【7月コース】 7月12日(木) 【8月コース】 8月23日(木)	
お口しゃっきり教室 歯の健康を維持する健口(けんこう)体操を歯科衛生士が紹介。	【7月コース】 7月18日(水) 【8月コース】 8月16日(木)	区役所3階 健康増進フロア
足腰しゃっきり教室 自分の生活と体力に合わせた効果的な運動を理学療法士が紹介。	【7月コース】 7月23日(月) 【8月コース】 8月9日(木)	
時間	午後2時から2時間程度(午後1時45分受付開始)	
定員	20人	
申込方法	7月コースの方は、6月27日(水)～7月4日(水)、8月コースの方は7月25日(水)～8月2日(木)(いずれも土・日曜日を除く)に電話でお申し込みください(先着順)。	
申込先・詳細	保健福祉課保健支援係 ☎889-2400(内線359)	