

とよひら掲示板

6月11日～7月10日の
区内の情報を掲載しています

区内の主な施設

豊平区役所	☎822-2400
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平保健センター	☎822-2400
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平区民センター	☎812-7181
〒062-8612 平岸6条10丁目	
豊平区土木センター	
維持管理課	☎851-1681
管理担当	☎859-3800
〒062-0033 西岡3条1丁目	
豊平区体育館	☎855-0791
〒062-0052 月寒東2条20丁目	
月寒公民館	☎851-0482
〒062-0020 月寒中央通7丁目	
豊平清掃事務所	☎581-9153
〒062-0039 西岡520番地	
豊平消防署	☎852-2100
〒062-0051 月寒東1条8丁目	
西岡図書館	☎852-8111
〒062-0033 西岡3条6丁目	
西岡福祉地区センター	☎852-4687
〒062-0034 西岡4条9丁目	
東月寒地区センター	☎853-2011
〒062-0053 月寒東3条18丁目	
豊平老人福祉センター	☎811-5201
〒062-0922 中の島2条3丁目	
豊平区保育・子育て支援センター (ちあふる・とよひら)	☎851-2510
〒062-0061 月寒東1条4丁目	



毎月14日は「とよひらの日」



ちあふる・とよひら 子育て講座

- ① 親子でGO
日時 6月26日(火)午前10時
30分～11時30分。
申込開始 6月12日(火)。
対象 2歳までのお子さんと
保護者の方。
定員・費用 10組。無料。
- ② 水分補給・おやつ
日時 7月3日(火)午前10時
30分～11時30分。
申込開始 6月19日(火)。
対象 就学前のお子さんと保
護者の方。
定員・費用 10組。無料。
- ③ トイレトレーニング
日時 7月10日(火)午前10時
～11時30分。
申込開始 6月27日(水)。
対象 1歳10カ月以上のお子
さんと保護者の方。
定員・費用 10組。無料。
- ④ 浴衣の着付け

パーキンソン病 講演会

日時 7月20日(金)午後3時
～4時。
申込開始 7月6日(金)。
対象 就学前のお子さんと保
護者の方。
定員・費用 10組。無料。
持ち物 浴衣を持参。
会場 豊平区保育・子育て支
援センター。
申込 各講座の申込開始日か
ら午前10時～午後5時に電話
か直接窓口で左記へお申し込
みください。先着順。
詳細 豊平区保育・子育て支
援センター

内容 「パーキンソン病の在
宅リハビリ」
講師 理学療法士 盛雅彦
(札幌市身体障害者福祉セン
ター)。
日時 7月18日(水)午後1時

内臓脂肪撃退講座

日時 7月11日(水)までに電
話で左記へお申し込みくださ
い。
申込 7月11日(水)までに電
話で左記へお申し込みくださ
い。
詳細 保健センター健康・子
ども課健やか推進係 内線500

メタボリックシンドローム
の予防のための講話や運動実
技などの体験学習を通して、
好ましい生活習慣を学びま
す。

日程・会場 下表のとおり。
対象 区内にお住まいの40～
64歳の方で、健康づくりに興
味があり、3回通して参加で
きる方。ただし、医師による
運動制限を受けていない方。
定員・費用 30人。無料。③
のヘルシー定食代金(500円)は
自己負担となります。

日時	会場	内容
① 6月22日(金) 午前10時～ 11時50分	区民センター3階 第1・第2会議室	講話 健康チェック
② 6月25日(月) 午前10時～ 11時50分	区民センター2階 大ホール 月寒公園	講話 屋外ウォーキング
③ 6月28日(木) 午前10時～ 午後1時30分	区民センター3階 第1・第2会議室	講話 食事診断 ヘルシー定食試食

詳細 保健センター健康・子
ども課健やか推進係 内線
500・526

持ち物 健康手帳(お持ちの
方のみ)、運動しやすい服装、
運動靴(②のみ)。
申込 6月11日(月)～19日
(火)の午前9時～午後5時に
電話で左記へお申し込みくだ
さい。先着順。

ボランティア 入門講座

月日	時間	内容
6月25日 (月)	午後1時30分 ～4時20分	①ボランティアってなんだろう ②認知症の人を地域で支える
6月26日 (火)		①体験しよう！車いす ②これからの「介護予防」について
6月27日 (水)		①障がい者が地域で生きるといこと ②地域ボランティアさん登場！ ③これからの地域ボランティア活動

日時 左表のとおり。
会場 区民センター。
対象 区内にお住まいの方。
定員・費用 30人。500円。
申込 6月12日(火)から電話
で左記へお申し込みください
い。先着順。

詳細 区社会福祉協議会(区
民センター内)
☎(815)2940