

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

胃・大腸がん検診

検診日の1週間前までに電話で予約の上、お越しください。

日時	9月12日(水) 午前8時45分～10時(受付)
会場	区役所2階保健センター
対象	40歳以上の方
検診料	①胃・大腸がん検診セット ⇒ 1,100円
	②胃がん検診のみ ⇒ 700円
	③大腸がん検診のみ ⇒ 600円

その他 70歳以上の方、老人保健法医療受給者、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は検診料が無料になります。詳しくはお申し込みの際にお問い合わせください。

申込先・詳細:健康・子ども課 健康やか推進係 ☎889-2400(内線523)

課健康やか推進係
☎(889)2400(内線526～527)

申込先・詳細 健康・子ども
申し込みください。

◆参加料 無料。
◆申込方法 8月27日(月)までに電話または直接窓口でお申し込みください。

③全日程に参加できる方。
②医師から運動制限を受けていない方。

◆対象 左記①～③のいずれにも該当する方。
①40歳以上65歳未満の区内在住の方。

◆内容・日時・会場 下表のとおり。

◆メタボリック シンドローム予防
今、話題になっているメタボリックシンドロームについての知識を深め、予防のための運動実技をしましょう。

自分の健康に関心のある方は、ぜひご参加ください。

ためしてナッ得!
健康講座

行程	内容	日時	会場
ステップ1	①メタボリックシンドロームチェック【血圧、体脂肪、体重、腹囲】 ②医師、栄養士、歯科衛生士の講話 ③交流会	9月3日(月) 午後1時30分～4時	区役所2階保健センター会議室
ステップ2	①血圧測定 ②運動実習 ③交流会	9月19日(水) 午後1時30分～3時30分	区役所3階健康増進フロア
ステップ3	各自の目標に向かってチャレンジ(各自による実習)		
ステップ4	①メタボリックシンドロームチェック【血圧、体脂肪、体重、腹囲】 ②運動実習 ③交流会	11月7日(水) 午後1時30分～4時	区役所3階健康増進フロア



清田区10周年記念事業については、広報さっぽろ5、7月号でもお知らせしてきましたが、今回は清田区のシンボル募集のお知らせです。

【清田区10周年事業ホームページ】
<http://www.city.sapporo.jp/kiyota/10th/>

区民の皆さんと進める

清田区10周年記念事業

あなたが選ぶ清田区のシンボル

～「清田区のシンボル」って何だろう?～清田区誕生10周年を迎えるに当たり、清田区のシンボルを募集します。

【対象】

花・木・鳥などをはじめ、ジャンルは問いません。
※参考までに札幌市の花は「スズラン」、木は「ライラック」、鳥は「カッコウ」です。

【選定・活用方法】

応募された中から「清田区のシンボル」としてふさわしいものを「(仮称)シンボル検討委員会」が決定します。

「清田区のシンボル」は、広報さっぽろをはじめさまざまな広報物で区民の皆さんに公表するとともに、今後のまちづくりに活用していきます。

【お問い合わせ】

清田区10周年事業実行委員会
シンボル事業部会事務局
地域振興課まちづくり推進係 ☎889-2400(内線228)
FAX 889-2701 Eメール:kiyota10th@city.sapporo.jp

【応募方法】

区役所・区内各まちづくりセンターで8月1日(水)から配布する応募用紙かお手持ちの用紙に必要事項(住所・氏名・年齢・電話番号と以下①、②の内容)を明記して、下記へ郵送、ファクス、Eメールまたは持参してください。

①選んだシンボルの名前、②選んだ理由
応募者の中から抽選で50人に記念品を差し上げます。

【提出先】

〒004-8613 平岡1条1丁目
清田区役所地域振興課まちづくり推進係
「清田区のシンボル」担当

【締め切り】

平成19年9月7日(金)

たくさんのご応募お待ちしております!!

