

お知らせ

10月11日～

主な札幌市施設・窓口の一覧

- 厚別区役所 ☎895-2400(代表)
〒004-8612 厚別中央1の5
- 厚別保健センター ☎895-1881
〒004-8612 厚別中央1の5
- 厚別区土木センター ☎897-3800
〒004-0007 厚別町下野幌45-39
- 各地区のまちづくりセンター
- 厚別中央 ☎891-3907
〒004-0054 厚別中央4の3
- 厚別南 ☎891-1666
〒004-0022 厚別南1
- 厚別西 ☎891-4555
〒004-0062 厚別西2の3
- もみじ台 ☎897-6121
〒004-0014 もみじ台北7
- 青葉 ☎892-8177
〒004-0021 青葉町3
- 厚別東 ☎897-2885
〒004-0004 厚別東4の4
- 厚別図書館 ☎894-1590
〒004-0051 厚別中央1の5
- 厚別区民センター ☎894-1581
〒004-0051 厚別中央1の5
- 厚別西地区センター ☎896-2000
〒004-0064 厚別西4の4
- 厚別南地区センター ☎896-3000
〒004-0022 厚別南7
- 厚別区体育館 ☎892-0362
〒004-0052 厚別中央2の5

厚別保健センターから

■地域健康教室

△①認知症の早期発見とその予防について▽

▽講師 医療法人潤和会 札幌ひばりが丘病院院長 せせやまのぶお 関山伸男氏。

▽日時 11月1日(木)午後1時30分～3時。

▽会場 厚別会館(厚別中央4の3)。

△②動脈硬化の話～血管を大切に▽

▽講師 勤医協もみじ台内科 診療所所長 堀毛清史氏。

▽日時 11月6日(火)午後1時30分～3時。

▽会場 もみじ台管理センター(もみじ台北7)。

※①②の費用・申込方法 無

■ヘルシーランチの販売

料。直接会場へ。

10月は食生活改善普及月間です。厚別区役所食堂でメタボリックシンドローム予防のためのヘルシーランチを販売

します。学校栄養職員作成のレシピによる栄養バランスに

すぐれた「学校給食メニュー」を体験して、日ごろの食生活

の参考にしてください。

▽日時 10月17日(水)、24日(水)31日(水)の午前11時15分から。

▽費用 1食500円(各日限定25食)。

■ポリオワクチン服用

▽日時 10月15日(月)の午前9時～10時、19日(金)、30日(火)の午後1時15分～2時30分。

▽会場 厚別保健センター。

▽費用 無料。

■市税の納付相談

10月は市税の滞納整理強化

月間です。納付をお忘れの方は早めに納付してください。

事情により納付が困難な場合はご相談ください。

■夜間・休日納付相談

▽日時 夜間 10月15日(月)～19日(金)の午後8時まで。休日 10月20日(土)、21日(日)の午前9時～午後4時。

▽場所 区役所2階納税課窓口(庁舎東側の通用口からお入りください)。

【詳細】 納税課

☎(895)2400内線267～270

■国民健康保険から

事情により保険料の納付が困難な方は、必ずご相談ください。

■夜間納付相談

さい。

▽日時 10月11日(木)、25日(木)、11月8日(木)の午後8時まで。

▽場所 区役所1階9番窓口(庁舎東側の通用口からお入りください)。

【詳細】 保険年金課収納係

☎(895)2400内線395～397

■厚別図書館から

■たのしいお話し会

▽日時 10月13日(土)、20日(土)、27日(土)、11月3日(祝)、10日(土)の午後2時から。

▽会場・費用 1階お話し室。無料。直接会場へ。

■たのしいシネマ劇場

▽日時・内容 10月28日(日)午前11時から。「愛華ちゃんの地球」。「コボちゃんの交通安全

【詳細】 厚別区体育館

☎(892)0362

全～小さいのち」。

ジュニアバドミントン大会 ～参加者募集

▽日時 12月2日(日)午前9時～午後5時。

▽会場 厚別区体育館。

▽対象 区内の小学1年生、中学3年生、平成19年度の厚別区体育館バドミントン教室受講生。

▽種目 ①小学3年生以下の部 ②シングルス。③小学4年生の部 ④シングルス。⑤小学5年生の部 ⑥男女別シングルス、ダブルス(混合可)。⑦小学6年生の部 ⑧男女別シングルス、ダブルス(混合可)。

⑨中学1年生の部 ⑩男女別シングルス。中学2年生の部 ⑪男女別シングルス。中学3年生の部 ⑫男女別シングルス。

▽費用 参加料1人800円。

▽申込方法 10月23日(火)～11月8日(木)の午前9時～午後8時に参加料をお持ちの上、直接(先着順)。

【詳細】 厚別区体育館

☎(892)0362