

F Mラジオによる雪たい積場情報案内

区内の各雪たい積場の緊急情報（一時閉鎖など）を、いち早くFMラジオでお知らせしています。

◆放送局 FMアップル（周波数76.5MHz）

【詳細】維持管理課（平岡2条4丁目） ☎888-2800、市コールセンター ☎222-4894

自治振興功労者表彰

長年にわたって地域の発展に尽くしてこられた功績をたたえ、昨年11月21日（水）、「平成19年度札幌市自治振興功労者」の表彰式が行われました。

清田区からは、北野地区町内会連合会女性部長の岡法枝（おかのりえ）さんが表彰されました。心からお祝い申し上げます。



子育て講座に参加しませんか

- ◆内容 『子どもを身近な事故から守るために』※講義のほか、乳幼児の心肺蘇生（そせい）法などの実技も行います。
- ◆日時 1月29日（火）午前10時～11時30分
- ◆会場 清田消防署（平岡1条1丁目）1階講堂
- ◆対象 乳幼児を育てている保護者
- ◆定員 40組（託児は先着20組まで）
- ◆費用 無料
- ◆申込方法 土・日曜、祝日を除く1月11日（金）午前9時から電話でお申し込みください（先着順）。

申込先・詳細：健康・子ども課子育て支援係 ☎889-2400（内線570）

生活習慣病予防週間

2月1日（金）～7日（木）は生活習慣病予防週間です。

それに併せて保健センターでは、生活習慣病と密接に関連する「メタボリックシンドローム」についての啓発ポスター展とリーフレットの配布を行います。これを機に、生活習慣病予防について考えてみませんか。

- ◆日時 1月21日（月）～2月7日（木）午前9時～午後5時
 - ◆会場 区役所3階健康増進フロア
- 詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線523）

胃・大腸がん検診	
検診日1週間前までに電話で予約の上、お越しください。	
日時	1月9日（水）午前8時45分～10時（受け付け）
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 ⇒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・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線523）	

第4回 清田区歩こう会	
清田区ではウォーキングによる健康づくりを進めています。今回は白旗山で初めての「かんじきウォーキング」を開催します。かんじきを履いて、雪景色が広がる森を歩いて楽しみませんか。	
コース	白旗山かんじきウォーキングコース（約2キロメートル）
日時	1月31日（木）午前9時30分～正午（午前9時～9時20分受け付け）
集会場所	区役所2階保健センター講堂 ※現地まで貸切バスで移動します。
持ち物	水分補給用飲料水、汗ふき用タオル
申込方法	土・日曜、祝日を除く1月11日（金）～24日（木）に電話または直接窓口でお申し込みください（先着80人）。
その他	・悪天候の場合は中止します。 ・暖かい服装（帽子、手袋、重ね着）と、長靴など雪の入らない靴を履いてご参加ください。 ・体力に自信のない方はご遠慮ください。 ・運動制限のある方は、主治医にご相談ください。
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線525・526）	

すくすく2歳親子教室	
保健センターでは、2歳のお子さんとその保護者向けの教室を開催します（費用は無料）。	
内容	虫歯予防の話、歯磨き実習、歯の記念撮影、手洗い、トイレトレーニング、だだをこねるときの対応など。
日時	2月5日（火）、3月4日（火）の午前10時～11時30分（午前9時30分受け付け開始） ※お子さんの身体測定をご希望の方は、 午前9時50分まで にお越しください。
会場	区役所2階保健センター講堂
対象	区内にお住まいの、受講開始時に 2歳～2歳3カ月の初めてのお子さん とその保護者。
持ち物	お子さんの歯ブラシ
申込方法	当日、直接会場にお越しください。
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線524）	

第3回 市民健康教育	
今回は、老人性難聴を中心に、高齢者に多い耳の症状、対処法についてのお話です。日ごろ、耳鳴りがする、聞こえが悪く聞き違いが多いなど、気になる症状はありませんか。症状にお気づきの方や心配な方はぜひ、ご参加ください。	
テーマ	「高齢者の耳の病気」について
講師	こだま耳鼻科 院長 児玉広幸（こだまひろゆき）氏
日時	2月6日（水）午後2時～3時
会場	区役所2階保健センター講堂
費用	無料
申込方法	当日、直接会場にお越しください。
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線525）	

第3回 地域健康教育	
今回は、最近多い認知症、躁（そう）うつ病、統合失調症などの兆候、対処法についてのお話です。物忘れがひどい、気が重い、やる気がでないなど、気になる症状はありませんか。症状にお気づきの方や心配な方はぜひ、ご参加ください。	
テーマ	「家族や隣人が精神を患った時…」の対応について
講師	北海道医療生協 札幌緑愛病院 診療部長 氏原久充（うじはらひさみつ）氏
日時	1月25日（金）午後2時～3時
会場	区役所2階保健センター講堂
費用	無料
申込方法	当日、直接会場にお越しください。
詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線525）	

『平岡公園』歩くスキーコース開設

初心者向けの歩くスキーコース（約1.3キロメートル）を、平岡公園（道央自動車道東側の運動公園）内に開設します。

隣接してソリ遊びなどができる広場もありますので、ご家族連れでお楽しみください。

- ◆開設期間 1月12日（土）～3月9日（日） ※積雪状態により変更あり。
- ◆開放時間 午前9時～午後5時
- ◆駐車場 運動公園東側のみ開放（20台程度） ※スキー利用者以外の駐車はできません。

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400（内線525）