

山の手図書館から

- ① こともカルタ会
日時 1月8日(火)午後3時～3時30分。
 - ② 子ども映画会
日時・内容 1月10日(木) Ⅱ「なまはげだぞう」^ほ。24日(木) Ⅲ「ろばになった旅人」^ほ。共に午後3時30分～4時。
 - ③ 小学生のためのおはなし会
日時・内容 1月19日(土) Ⅱ「ねずみ浄土」^ほ。午後2時～2時30分。
 - ④ 絵本の読み聞かせ会
日時 1月22日、2月5日の火曜。共に午後3時～3時30分。
 - ⑤ 豆まき
日時 1月29日(火)午後3時～3時30分。
- 【詳細】 山の手図書館(山の手4-2) TEL(644)6822

西区民センターから

- ▽第34回西区新春囲碁・将棋大会
日時 1月27日(日)午前9時45分～午後4時(予定)。
- 会場 西区民センター(琴似2-17)。
- 対象 区内在住か通勤・通学の方。
- 定員 (囲碁)各32人。①上

級(有段者)②初・中級(1級まで)。

〔将棋〕各32人。①上級(有段者)②初・中級(1級まで)。
※小・中・高校生(1級まで)は、初・中級の部でハンデなしとなります。

費用 無料(昼食は各自)。
申込 1月7日(月)～14日(祝)午前10時～午後7時に直接来館か電話で。先着順。

▽西区民講座
内容 左表の通り。

西区民講座

講座名	日時・曜日・回数	定員	費用
ポティコンディショニング・ピラティス	1月28日～2月25日(月)午後1時30分～3時全4回	20人	1,800円
シニアのための旅行英会話	2月7日～3月13日(木)午前10時～11時30分全6回	20人	2,900円

対象 区内在住か通勤の方。
申込 1月8日(火)～16日(水)午前10時～午後7時に直接来館か電話で。先着順。定員に満たない場合は引き続き募集。
【申込先・詳細】 西区民センター TEL(641)4791

西区体育館スポーツ教室

内容 左表の通り。
申込 1月29日(火)～2月1日(金)午前9時～午後9時に直接来館か電話で。定員を超えた場合、2月3日(日)に抽選。直接来館か電話で結果を確認してください。
【申込先・詳細】 西区体育館(発寒5-8) TEL(662)2149

西区体育館スポーツ教室

対象	講習名	時間	日程・曜日・回数	定員	受講料 ^{※1}	
一般	卓球	中級	午前9時30分～11時	2月19日～3月25日(火)/(木)全10回	30人	6,100円(4,800円)
	テニス	初中級	午後1時～2時30分	2月19日～3月21日(火)/(金)全10回	各10人	7,400円(6,000円)
		中級	午後2時30分～4時			

※受講日程が変更になる場合があります。
※1受講料のほかに毎回施設使用料が必要。受講料の()は、高齢の方(65歳以上)および身体に障がいのある方の料金。

西保健センターから

- ① 胃がん・大腸がん検診
日時 1月26日(土)、28日(月)、29日(火)。受け付けは午前9時～10時。

会場 西保健センター(琴似2-17)。※26日のみ西区民センター(琴似2-17)。

対象 本年度の胃がん・大腸がん検診を未受診の40歳以上の方。

費用 左表の通り。ただし、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、無料(受診の際に受給者証または各種証明書をお持ちください)。

がん検診料金表

胃がん・大腸がん検診(セット)	1,100円
胃がん検診のみ	700円
大腸がん検診のみ	600円

持ち物 年齢・住所などが確認できるもの(健康保険証、運転免許証など)。

申込 1月11日(金)までに電話で市コールセンターへ。
② 男性料理教室「男だつて、クッキング！」

内容 さげの押しずし、親子丼を中心にバランス良く組み合わせた献立を調理。
日時 1月25日、2月1日の金曜。全2回。午前9時30分～正午。

会場 西保健センター(琴似2-17)。

対象 区内在住の男性。
定員・費用 15人。無料。
申込 1月15日(火)～21日

(月)に電話で。先着順。
③ 大人のための健康講座
内容 医師による講話、健診結果から見えるメタボリックシンドローム。

日時 2月7日(木)午後1時30分～3時。
会場 西保健センター(琴似2-17)。

対象 区内在住の方。
定員 50人。
費用・申込 無料。不要。

【申込先・詳細】 ①は市コールセンター TEL(22)4894 ②③は西保健センター TEL(62)4241

12月号特集記事の訂正

本誌12月号区民のページ4ページ「ごみを資源に変えよう!」②「生ごみ」の中で「段ボール箱を使った堆肥作り」の一部に誤りがありました。おわびして訂正いたします。

誤 ⑤3カ月くらい続けたら、生ごみの投入を止めて時々かき混ぜる。1～2週間後、土と混ぜてさらに1～2週間ほど置くと、堆肥として使える。

正 ⑤3カ月くらい続けたら、生ごみの投入を止めて時々かき混ぜる。1～2週間後、土と混ぜてさらに1～2カ月ほど置くと、堆肥として使える。