

南区内の主な施設

南区役所	☎582-2400 〒005-8612 真駒内幸町2丁目
南区土木センター	☎581-3811 〒005-0031 南31条西8丁目
南保健センター	☎581-5211 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
定山溪まちづくりセンター	☎598-2191 〒061-2302 定山溪温泉東3丁目
真駒内まちづくりセンター	☎581-3025 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
石山まちづくりセンター	☎591-8734 〒005-0842 石山2条2丁目
簾舞まちづくりセンター	☎596-2059 〒061-2263 簾舞3条6丁目
藤野まちづくりセンター	☎591-7041 〒061-2282 藤野2条7丁目
藻岩まちづくりセンター	☎571-6121 〒005-0808 川沿8条2丁目
藻岩下まちづくりセンター	☎581-2001 〒005-0034 南34条西9丁目
澄川まちづくりセンター	☎821-8585 〒005-0003 澄川3条2丁目
芸術の森地区まちづくりセンター	☎592-7009 〒005-0850 石山東7丁目
南清掃事務所	☎583-8613 〒005-0861 真駒内602番地30
南消防署	☎581-2100 〒005-0014 真駒内幸町1丁目
南区体育館	☎571-5171 〒005-0804 川沿4条2丁目
澄川図書館	☎822-3730 〒005-0004 澄川4条4丁目
南区民センター	☎584-2100 〒005-0014 真駒内幸町2丁目
藤野地区センター	☎592-2002 〒061-2282 藤野2条7丁目
もいわ地区センター	☎572-5733 〒005-0808 川沿8条2丁目
すみかわ地区センター	☎818-3035 〒005-0004 澄川4条4丁目

南区役所

☎(582) 24000

国民健康保険料の

休日・夜間納付相談

休日相談 2月24日(日)午前9時～午後3時。  
夜間相談 2月25日(月)～29日(金)。午後8時まで。

場所 南区役所2階⑤番窓口。  
※区役所北側の通用口からお入りください。

詳細 保険年金課収納係 内線441・442・448・451

カロリー計算の達人教室

体重が気になる方、生活習慣病を予防したい方、カロリー計算を学びませんか？  
▽講話「バランスのよい食事で肥満予防」。  
▽演習「計算しましょう、食べ物のカロリー」。

日時 2月27日(水)、29日(金) 午後1時30分～3時30分。

会場 南保健センター。

対象 区内にお住まいで、全日程出席可能な方。

定員 25人。

費用 無料。

申込方法 2月12日(火)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581) 5211

「男子厨房に入ろう！」

料理教室

区内の料理サークルの人たちと一緒に料理の基礎を学び、後日ウオーキングをして健康づくりをします。

日時 2月28日(木)午前9時30分(ウオーキングは3月14日(金)に実施します)。

会場 藤野地区センター。

対象 区内にお住まいの料理と歩くことが好きな男性。

定員・費用 15人。千円。

持ち物 エプロン、三角巾、食器用ふきん、筆記用具。

申込方法 2月12日(火)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581) 5211

育児教室「すくすく子育てミートイニング」

育児やしつけに一人で悩むお母さん、児童心理の先生や仲間と話し合ってみませんか？

内容

▽講話「お母さん悩まないでしつけって何だろう」。

▽交流会「聞いてみよう！話してみよう！明日からの元気のために」。

日時 3月10日(月)午前9時30分～11時。

会場 南保健センター。

対象 1歳6カ月～3歳のお子さんの母親。

定員・費用 10組。無料。

申込方法 2月12日(火)～29日(金)に電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581) 5211

胃がん・大腸がん検診

検診日 2月22日(金)。

受付 午前8時45分～10時。

会場 南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用 千100円(胃がん検診のみ)の場合700円、大腸がん検診のみの場合は600円。ただし、70歳以上の方、特定の障

がいのある65～69歳の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法 事前に左記へ予約(電話可)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581) 5211

食育を考えよう！朝食・おやつクッキング

内容 講話と調理実習。

日時 2月26日(火)午前9時30分～正午。

会場 南区民センター。

対象 区内にお住まいの就学前の子どもおよび小学生の保護者(託児はありません)。

定員 24人。

費用 無料。

持ち物 エプロン、三角巾、食器用ふきん、筆記用具。

申込方法 2月13日(水)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581) 5211

南区長杯争奪

ゲートボール大会

日時 3月16日(日)午前9時～午後4時。

会場 南区体育館。

対象 区内にお住まいの方。チーム編成 1チーム5～6人。

費用 1チーム千500円。1人で申し込む場合は300円。

持ち物 ステイック、ステイックカバー、上靴、昼食。

申込方法 2月12日(火)～29日(金)に直接左記へ。

申込・詳細 地域振興課地域活動担当 内線604