

融雪期に入ります。車の走行や歩行には十分注意しましょう。

中央老人福祉センター
自由参加講座

<自由参加講座>

講座名	開講日	時間
カラオケ	第1・2・3月曜日	午後1時～3時
健康音楽体操	第1・3月曜日	午後1時～3時
フラダンス	第2月曜日	午後1時～3時
スポーツダンス	第1・2・3火曜日	午前10時～正午
民謡	第1・2・3水曜日	午前10時～正午
日本舞踊（西崎流）	第1・3木曜日	午前10時～正午
日本舞踊（泉流）	第2・4金曜日	午後1時～3時

▽日程等 左表の通り。
▽対象 満60歳以上で通所可能な方。
▽費用 無料。
▽申込 開講日時に合わせて、登録証を持参の上、直接同センターへ。登録証をお持ちでない方は窓口で登録をしてからご参加ください。
▽詳細 中央老人福祉センター（大通西19・社会福祉総合センター1・2階）
☎（614）1001

子育て掲示板

～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

【絵本リサイクルについて】

家庭に眠っている絵本をお譲りいただき、関連施設へ配布し、幼児期から絵本（読書）に親しむ環境づくりを進めます。

◆本の種類 乳幼児向け絵本（汚れや破れのないもの）。※図鑑・月刊誌は扱いません。

◆活用方法 保育所・幼稚園・子育てサロンなど乳幼児施設で活用します。

◆受付場所 健康・子ども課子育て支援係子育て情報室に直接お持ちください。（南3西11 中央保健センター1階）

◆受付期間 3月12日（水）から18日（火）までの午前8時45分～午後5時15分（土・日を除く）。

（詳細）健康・子ども課子育て支援係
☎511-6399



【育児教室「おおきくなあれ！！」が始まります】

平成20年4月から、初めてのお子さんをお持ちのご家庭を対象に、お子さんの成長・発達に合わせた育児教育を行います。産後の体調や育児、離乳食の進め方やむし歯予防などについて、保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士や保育士による講話や実習などを行います。

教室名	日時	会場
すてっぷ1 (3～4カ月のお子さん)	第2金曜日 (午前10時～11時30分)	中央保健センター (南3西11) 2階 講堂
すてっぷ2 (4～5カ月のお子さん)	第2金曜日 (午後1時30分～3時)	
すてっぷ3 (7～8カ月のお子さん)	第4木曜日 (午後1時30分～3時)	
すてっぷ4 (1歳のお子さん)	第3金曜日 (午後1時30分～3時)	
すてっぷ5 (2歳のお子さん)	第4水曜日 (午前10時～11時30分)	

◆対象 区内在住で初めてのお子さんをお持ちの保護者とお子さん。

◆申込・費用 不要、当日会場へ・無料。
※受け付けは、開始時間の20分前から行います。お子さんの生年月日によって日時が異なりますので、詳しくは中央区ホームページ (<http://www.city.sapporo.jp/chuo/>) をご覧になるか、中央保健センター健やか推進係にお問い合わせください。

（詳細）健康・子ども課健やか推進係
☎511-7221