■**ロビーコンサート開催**

東区民センターロビーで、音楽鑑賞してみませんか。

日時 1月19日(月)午後0時15分～0時45分。

会場 東区民センター1階ロビー。

出演 琴アンサンブルグループ「彩の会」、「伝統文化子供琴教室」の生徒。

曲目 「桜舞うあの日の誓い」ほか。

費用・申込 無料。当日、直接会場へお越しください。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当

東保健センターから

■**胃がん・大腸がん検診**

日時 1月19日(月)、2月16日(月)（受付時間は午前8時45分～10時）。

対象 40歳以上の方。

費用 胃がん700円、大腸がん400円（70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者、生活保護受給世帯・支援給付世帯・市民税非課税世帯の方は無料です。各種証明書をお持ちください）。

申込 電話または直接健康・子ども課へ事前に申し込み。

その他 検査日の7日前までに東保健センターで検診のお知らせ、検診受診票、大腸がん検診の方は検便セットもお受け取りください。

■**東区メタボ予防講座**

メタボ予防に関する講話や運動を行います。

日時・会場等 左表のとおり（全2回）。

日時	2月5日(木)	2月6日(金)
	午後2時～4時	
会場・内容	東保健センター2階「講堂」 ・医師講話 ・生活習慣チェック、身体測定 ・管理栄養士講話	東区民センター2階「大ホール」 ・歯科衛生士講話 ・グループワーク ・内臓脂肪燃焼運動指導

対象 次のすべてに該当する方。①東区にお住まいで40歳以上65歳未満。②軽い運動ができる。③2回とも参加可能。

定員・費用 50人。無料。

申込 1月19日(月)～30日(金)に健康・子ども課健やか推進係へ電話または直接窓口で申し込み（多数時抽選）。

東区民センターから

■**津軽三味線演奏会～飛翔**

三味線のルーツと名曲を、語りと演奏で紹介します。

日時 2月7日(土)午後2時開演（開場午後1時30分）。

会場 2階「大ホール」。

出演 佐藤俊彦・佐藤文俊（津軽三味線）、津軽屋ふじ子（津軽三味線・津軽手踊り）、三谷早苗・三谷葵（唄）、内村匡成（尺八）。

定員・費用 250人。300円。

その他 入場券を1月5日(月)午前8時45分から窓口で販売（先着順）。

栄地区センターから

■**大人も楽しめるお話の世界**

日時 1月31日(土)午後1時30分～3時10分。

会場 2階「集会室」。

対象・費用 小学校高学年以上。無料。

内容 「注文の多い料理店」ほか。ハープ演奏と一緒に歌うコーナーもあります。

出演 ミモザの会（朗読）、更科理恵（ハープ）。

苗穂・本町地区センターから

■**子ども映画会**

日時 1月24日(土)午後1時30分～2時30分（予定）。開場午後1時。

会場 2階「集会室」。

対象・費用 幼児（保護者同伴）～小学校低学年。無料。

内容 未定。

コミュニティマーケットin東区（通称COME）参加団体募集中！

東区を中心に、福祉、文化、国際交流、まちづくりなどの活動を行う団体の情報発信、活動発表、相互交流を目的としたイベントです。皆さんの参加をお待ちしています！

日時 2月22日(日)午前11時～午後5時。

会場 アリオ札幌（北7東9）。

内容 活動紹介ブースでの出展、ステージ発表など。

参加費 1団体2,000円。

申込 1月30日(金)までに、地域振興課まちづくり調整担当へ電話または直接申し込み。

詳細 地域振興課まちづくり調整担当 ☎741-2400

不用意な事故に遭わないために

＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊

道路や屋根に雪が堆積してきました

◎交差点や横断歩道では、歩行者・自動車ともに見通しが悪くなっています。信号が青に変わっても、歩行者や自動車が止まったか、もう一度確認する心のゆとりを大切に。

◎雪かき作業を始める前には、膝や手首・足首の曲げ伸ばしなど、軽く準備運動をしましょう。作業中は、屋根からの落雪にも注意しましょう。

寒さもだんだん厳しさを増してきます

◎屋内から、急に寒い屋外に出ることは禁物です。短時間の外出でも暖かい服装を心がけましょう。

◎ストーブなどの火気を使う機会が増えますが、取り扱いには十分ご注意ください。室内の換気も忘れずに行いましょう。

＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊

東区「安心安全なまち」連絡協議会・東区役所
東警察署・東区交通安全運動推進委員会

住民登録は各種行政サービスの基礎…引っ越した方や現住所で住民登録をされていない方は、速やかに届け出を行いましょう。