

本文中の  
記号の見方

内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員  
費=費用 申=申し込み方法 E=Eメール 他=その他

清田区の統計情報

人口 115,254人 (+27)  
男 54,681人 (+23)  
女 60,573人 (+4) 12月1日現在  
世帯数 43,164世帯 (+3) ( )内は前月比

すくすく親子2歳教室

2歳のお子さんとその保護者向けの教室を開催します。

内	虫歯予防の話、歯磨き実習、歯の記念写真、手洗い、トイレトレーニング、だだこねの対応など
日	2月3日(火)、3月3日(火) 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。
所	区役所2階保健センター講堂
対	区内にお住まいの、2歳～2歳3カ月(受講時)の初めての子とその保護者
費申	無料。当日直接会場にお越しください。



※持ち物 子どもの歯ブラシ、母子手帳

詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線524)

北野子育てまつり

地域の方が楽しい遊びをたくさん用意しています。親子で一緒に楽しみませんか。

日所

- ① 1月30日(金)午前10時～正午  
北野児童会館(北野4条2丁目)
- ② 2月4日(水)午前10時～正午  
北野台児童会館(北野4条5丁目)

申 当日直接会場にお越しください。  
就学前の乳幼児は保護者と一緒に参加してください。

詳細：健康・子ども課子育て支援係  
☎889-2400(内線570)

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。ウォーキングは“いつでも・どこでも・誰でも・手軽に”行える有酸素運動です。今回は本年度最後のウォーキングです。真っ白な雪の森を、かんじきを履いて歩いてみませんか。

内	冬の白旗山かんじきウォーキング(約2キロメートル) 約1時間、白旗山自然観察の森の中をウォーキングします。
日所	1月30日(金)午前9時40分～11時45分(午前9時～9時20分受け付け) 集合場所：区役所2階保健センター講堂 ※区役所⇄白旗山は貸切バスで移動します(区役所前解散)。
申	1月13日(火)～19日(月)(土・日曜日を除く)に電話または直接窓口でお申し込みください(先着80人)。

他

- 水分補給用飲料水、汗ふき用タオルをお持ちください。  
※かんじきは白旗山森林活用センターで貸し出します。ストックの必要な方は各自用意してください。
- 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参加してください。
- 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。

申込先・詳細：健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400(内線525)

歩くスキーコースを  
平岡公園に開設します

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。冬の健康づくりにご利用ください。  
隣接してソリ遊びなどができる広場もありますので、家族連れでお楽しみください。

開設期間 1月10日(土)～3月9日(月)  
※積雪状態により変更することがあります。  
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)  
※歩く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)

第2回 地域健康教育講演会

～物忘れがひどい!頭痛・しびれ・言葉が出てこない～  
「脳の病気の異常サイン」について

脳の病気についてのお話です。日常的に経験する、物忘れ、しびれ、めまいなどの、脳との関係を解き明かします。ぜひご参加ください。

講師 脳神経外科 ふうおかクリニック院長 福岡 誠二氏

日	1月28日(水)午後2時～3時
所	区役所2階保健センター講堂
費申	無料。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)

たのしいおはなしの会

日 1月15日(木)午前10時30分、24日(土)午後2時30分、  
2月5日(木)午前10時30分

所 清田図書館(区役所4階)お話し室  
対 幼児とその保護者  
申 当日直接会場にお越しください。



詳細：清田図書館☎889-2484

転倒予防教室を開催します

内	冬道での転倒予防のコツ～転びにくい歩き方～
日	1月16日(金)午後2時～
所	里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁目)
費申	無料。1月5日(月)から電話でお申し込みください。

申込先・詳細：介護予防センター清田・里塚・美しが丘  
(真栄395-1) ☎885-7119

清田区の魅力あふれる写真募集中!

応募先

〒004-8613 清田区平岡1条1丁目  
清田区総務企画課広聴係

〒004-8613 清田区平岡1条1丁目  
Eメール kyota.somu@city.sapporo.jp