

敬老パスの返還 について

平成21年3月31日に有効期限切れとなる、未使用の敬老パスの納入金返還手続きは、**3月31日(火)まで**です。

ご希望の方は、区役所1階②番窓口(前田1条11丁目)で手続きをしてください。

なお、3月下旬は窓口が混雑するため、できるだけ早く手続きされるようお願いいたします。

持ち物 本人名義の銀行口座のわかるもの(返還金は銀行振り込みとなります。ゆうちょ銀行も振り込みできます)、印鑑、返還する敬老パス(未使用のもの限定)。

☎(681)2400内線356
【詳細】 保健福祉課給付事務係

曙図書館から

◆楽しいお話し会

3月14日(土)、21日(土)、28日(土)、4月4日(土)の午後2時30分～3時。



◆子ども映画会

3月21日(土)、4月4日(土)の午後3時5分から30分程度。

手稲区体育館から

◆スポーツ講習会受講者募集◆ 曙2条1丁目 ☎684-0088

対象	講習名	定員	回数	曜日	実施期間	実施時間	受講料(65歳以上)
①	テニス初心者	10	14	木	4月9日～7月16日	午後0時40分～2時10分	10,400円(8,300円)
	ピラティス PLUS	30	10	月	4月6日～7月6日	午前10時20分～11時30分	5,100円(4,100円)
	エアロビクス PLUS				4月20日～7月27日	午後6時30分～8時	
	背骨・骨盤健康体操(カイロプラクティック)				4月6日～7月6日	午後1時～2時	
	ヨガD	22	金	4月10日～9月18日	午前11時15分～午後0時45分	11,300円(9,000円)	
	太極拳(12・24式)	15	火	4月7日～7月21日	午後1時30分～3時30分	7,700円(6,200円)	
②	ナチュラル・フットセラピー	18	10	水	4月8日～7月1日	午後1時～2時	6,400円(5,100円)
	ナニアロハ(フィットネスフラ)	18	10	火	4月14日～6月23日		
③	ジュニアヒップホップ	20	14	木	4月16日～7月23日	午後4時15分～5時25分	8,500円
④	レディーステニス初中級	5	40	水	4月8日～3月24日	午前9時～10時30分	35,700円
		8	40	金	4月10日～3月5日		
⑤	レディースキッズエアロビクス	10	36	水	4月15日～3月17日	午後3時45分～4時35分	26,100円
		10	36	水		午後4時40分～5時30分	

対象 ①16歳以上。②16歳以上の女性。③小学3～6年生。④16歳以上60歳未満の女性。⑤小学1～3年生の女子。⑥小学4～6年生の女子。
申込 3月11日(水)～17日(火)の午前10時～午後8時。電話か窓口で申し込み。
抽選 定員を超える場合は、3月19日(木)午後3時から同体育館1階多目的室で抽選を行います(電話での問い合わせは午後4時以降)。
受講料納入 3月19日(木)～26日(木)までに直接体育館に来館し納入。
 ※受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。高校生は生徒手帳を、65歳以上の方は年齢を証明できるものをお持ちください。また、定員に満たない場合は中止することもありますのでご了承ください。
 ※「受講可能」となった場合、その権利を他人(家族でも)に譲渡することはできません。

他にも、テニス初中級・中上級、卓球初心者～上級、健康体操、ジュニアテニス、バドミントンなども同時募集します。詳細については、各区体育館で配付中の時間割やホームページ(<http://www.shsf.jp/>)、または電話でお問い合わせください。

区民センターから

◆手稲区民ダンスの集い

日時 3月13日(金)午後1時30分～3時30分。
場所 同センター2階区民ホール。

※3月11日(水)、4月8日(水)は施設点検日のため、3月25日(水)は図書整理日のため休館になります。
【詳細】 曙図書館(曙2条1丁目) ☎(685)4946

保健センターから

◆「冬も健康づくり」配布中

冬は運動不足になりがちです。冬の寒さや雪を利用して楽しみながらできる冬の健康

費用 300円。
持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。
申込 当日、直接会場へお越しください。
【詳細】 区民センター(前田1条11丁目) ☎(681)5121

づくりについて、手稲区健康づくりネットワークがまとめた冊子「冬も健康づくり」を配布しています。
配布場所 保健センター、区役所1階⑰番窓口(前田1条11丁目)。
【詳細】 保健センター ☎(681)1211



広告