



5月11日からの内容です

人口 208,845人 (前月比-136) 男 97,111人 女 111,734人
世帯数 95,136世帯 (前月比+284) (平成21年4月1日現在)

西保健センターから

①ポリオ(小児まひ)ワクチン服用のお知らせ
日時 左表の通り。
会場 西保健センター(琴似2-7)。※できるだけ公共交通機関でご来場ください。
申込 不要。直接会場へ。
持ち物 母子手帳、予診票。
その他 対象者は体調の良いときに早めに受けてください。ワクチン第1期の接種を優先してください。

■ポリオワクチン実施日程

| 月 日 | 受付時間 |
|----------|----------------|
| 5月8日(金) | 午前9時15分～10時45分 |
| 5月11日(月) | |
| 5月19日(火) | 午後1時30分～3時 |
| 5月22日(金) | 午前9時15分～10時45分 |
| 5月26日(火) | |
| 5月28日(木) | 午前9時15分～10時45分 |

■食生活改善推進員養成講座日時

| 月 日 | 時間 |
|----------|-----------------|
| 6月11日(木) | 午前9時15分～午後0時15分 |
| 6月15日(月) | |
| 6月19日(金) | |
| 6月22日(月) | |
| 6月29日(月) | |
| 7月6日(月) | 午後1時15分～4時15分 |
| 6月2日(火) | |
| 6月24日(水) | |
| 7月14日(火) | |
| 7月22日(水) | |

②プレママクッキング
内容 講話、調理実習。
日時・会場 5月28日(木)午前10時～正午。西区民センター(琴似2-7)。
対象 西区在住の妊婦の方。
定員・費用 20人。無料。
申込 5月11日(月)～15日(金)に電話で。先着順。
③食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座
食と健康の知識を身に付け、健康づくりの輪を広げるボランティア「食生活改善推進員」を養成します。
内容 調理実習や公衆衛生、栄養の知識、病人の食事ほか。
日時 左表の通り。全10回。
会場 西保健センター。
対象・定員 西区在住で、受講後に西区食生活改善推進員協議会に入会してボランティア活動ができる方。25人。
費用 千155円(テキスト代)。
申込 5月11日(月)～20日(水)に電話で。先着順。

夜間相談日時 5月14日(木)午後5時30分～8時。
休日相談日時 5月17日(日)午前10時～午後2時。
会場 西区役所(琴似2-7) 3階④番窓口(庁舎裏側職員通用口からお入りください)。
持ち物 印鑑、納付通知書または国民健康保険証。

国民健康保険料 夜間・休日納付相談

申込先詳細 ①②③西保健センター TEL(62)4241④市コールセンター TEL(222)4894

持ち物 筆記用具、テキスト「わが家にあかちゃんがかよってくる」。

④父親教室
内容 ビデオ上映、育児実習、妊婦体験ほか。
日時 5月21日(木)午後6時30分～8時30分。受け付けは午後6時から。
会場 西保健センター。
対象 8月～10月に初めて出産予定の夫婦。
定員・費用 40組。無料。
申込 5月11日(月)～19日(火)に電話で。先着順。



定期相談日時 毎週木曜日の午後5時30分～8時。※祝日は開設しません。
会場 西区役所(琴似2-7) 2階③番窓口(庁舎裏側職員通用口からお入りください)。
持ち物 納税通知書、督促状、

定期夜間納税相談

詳細 西区保険年金課 TEL(64)2400内線400

※平成20年中の収入が平成19年中より激減したため保険料の納付が困難な方は、平成20年1月～12月の世帯の加入者全員の収入が確認できる書類(給与・年金の源泉徴収票または確定申告書の控えなど)。

催告書のいずれか。
詳細 西区納税課 TEL(64)2400(代表)

西区在宅ケア連絡会 シンポジウム

テーマ 「つながりかかわり」地域連携を考える。
内容 医療、介護、福祉の連携や情報共有はどうかあるべきかを考えます。
日時・会場 5月19日(火)午後6時30分。西区民センター(琴似2-7)。
費用・申込 無料。不要。
詳細 西岡山病院 TEL(64)1380、西区社会福祉協議会 TEL(64)2400内線451



札幌ドームでファイターズを応援しよう!
6月11日(木)はファイターズ西区民デー

北海道日本ハムファイターズは、6月11日(木)に札幌ドームで行われる横浜ベイスターズ戦の1塁側C指定席(内野指定席上部)に、**西区在住の方1,000組2,000人**をご招待します。

日時 6月11日(木) 午後6時～。
対象 西区在住の方。
定員 1,000組 2,000人。
申込 5月20日(水)必着。往復はがきに観戦希望者(2人1組)のどちらか1人の住所、氏名、年齢、電話番号、返信先(返信はがき)を記入の上、お申し込みください。1組につき1通のみ有効。多数時抽選。
その他 応募者の個人情報、株式会社北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、「西区民デー」の返信はがき発送および抽選、アンケート、札幌ドームチケット販売のダイレクトメールによる案内以外には利用されません。

申込先・詳細 〒062-8655 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地 株式会社北海道日本ハムファイターズ 西区民デー係 TEL857-3939