



◎ヘルスアップ教室  
日時 6月9日(火)、24日(水)午  
後1時30分～3時30分。全2  
回。

内容	
6月9日	講話「実践！食事バランス生活」 「歯周病を予防するライフスタイル」 グループワーク「自分の生活を振り返ってみよう」 運動「内臓脂肪燃焼運動！基礎編」
24日	講話「楽しく元気な生活のために」 グループワーク「よりよい自分になるために！」 運動「内臓脂肪燃焼運動！応用編」

対象 40歳～64歳で区内にお  
住まいの方。  
定員 30人(先着順)。  
申込 5月18日(月)から電話で。  
受付時間は午前9時～午後5  
時(土・日曜を除く)。  
◎両親教室  
赤ちゃんの人形を使った入  
浴の実習などを行います。  
日時 6月12日(金)午後6時30  
分～8時30分。  
対象 初妊婦とその配偶者。  
定員 50組(先着順)。  
申込 5月25日(月)から電話で。  
受付時間は午前8時45分～午  
後5時15分(土・日曜を除く)。

◎歯の衛生週間・禁煙週間パ  
ネル展  
日時 5月29日(金)～6月4日  
(木)の午前8時45分～午後9時  
(29日は午前10時から、4日  
は午後4時まで)。歯ブラシ  
圧測定と各日先着50人への歯  
間ブラシ無料配布は6月1日  
(月)、2日(火)正午～午後3時。  
会場 白石区民センター。  
申込先・詳細 区健康・子ど  
も課健やか推進係 ☎(862)18

◎子育て講座  
小さな絵本や「ひだまり」  
の青田正徳さんが「子育てに  
絵本を」をテーマに話します。  
日時 6月19日(金)午前10時～  
11時30分。  
対象 就学前の子どもの保護  
者(託児あり)。  
定員 20人(先着順、初めて  
受講される方優先)。  
申込 5月29日(金)から電話で。  
受付時間は午前9時～午後5  
時15分(土・日曜を除く)。  
申込先・詳細 区健康・子ど  
も課子育て支援係 ☎(861)03  
45  
◎卓球・ピンポイントレッス  
ン  
日時 6月2日(火)、9日(火)、  
16日(火)午前9時30分～10時30  
分。全3回。  
対象 16歳以上の方。  
定員 5人(多数時抽選)。  
費用 2千700円。

◎テニスピンポイントレッス  
ン  
日時 6月3日(水)、10日(水)、  
17日(水)午後3時～4時30分。  
全3回。  
対象 16歳以上の方。  
定員 6人(多数時抽選)。  
費用 3千100円。  
申込 5月19日(火)～24日(日)午  
前9時～午後8時(24日は午  
後5時まで)に電話か窓口で。  
日時 6月8日(月)、22日(月)、

学校図書館の地域開放をご利用ください  
下表の通り、学校の図書館を地域に開放しています。  
幼児向けの絵本からベストセラーまで、幅広い図書をそろ  
えており、どなたでも借り  
ることができます。  
また、図書館の日常業務や読  
み聞かせなどを月1回程度お  
手伝いくださるボランティア  
を募集しています。



29日(月)、7月6日(月)、13日(月)  
午前9時～午後8時(7日は  
午後5時まで)に電話か窓口  
で。  
申込先・詳細 白石体育館 ☎  
(861)4014  
◎第2期スポーツ講習会  
幼児から大人まで参加した  
だけの講習会を多数開催。種  
目や開催日時などについては  
お問い合わせください。  
申込 6月1日(月)～7日(日)の

開放校名	開放曜日	開放時間
東札幌小 (東札幌4条5丁目) ☎ 821-6333	月・水・金	午前10時30分～正午 午後1時～3時30分
本郷小 (南郷通10丁目南) ☎ 861-4128		(4月～10月) 午後1時～4時
東米里小中 (東米里2124) ☎ 871-5627		(11月～3月) 午後1時～3時30分
東橋小 (菊水8条1丁目) ☎ 811-8878		午後1時～3時30分
北白石小 (北郷6条3丁目) ☎ 871-1524		月・木・金
川北小 (川北4条2丁目) ☎ 872-5422		
北都小 (北郷3条11丁目) ☎ 874-3014		
西白石小 (中央3条5丁目) ☎ 864-2302	秋以降実施予定	

◎修繕・リフォームを安心して  
頼むためのセミナー  
日時 5月30日(土)午前9時30  
分～11時30分。  
会場 厚別区民センター(厚  
別区厚別中央1条5丁目)。  
定員 50人(多数時抽選)。  
申込 5月24日(日)までに電話  
で。  
申込先・詳細 市コールセン  
ター ☎(222)4894

◎各開放校、教育委員会生涯学習推進課 ☎ 211-3872  
詳細

※施設の所在地、電話番号は、白石5ページの施設一覧をご覧ください。

