



6月11日から7月10日までの区内の情報です

人口 138,941人 (+133)
世帯数 55,789世帯 (+226)
()内は前月比
5月1日現在

区民センターから

◆手稲山ウォーキング

日時 7月5日(日)午前8時45分
区民センター1階ロビー集合、午後2時同センター解散予定(雨天の場合は当日の午前7時30分に実施の有無を決定)。

対象 区内在住の健康に自信のある方(中学生以下は保護者同伴)。

コース 区民センター→手稲山山ろく駅広場→手稲山山頂。区民センター→山ろく駅広場間は、往復貸切バスを使用。
定員 120人(多数時抽選)。

費用 無料。

申込 往復はがきに参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号と返信用あて先を記入し、〒006-0811前田1条11丁

目手稲区民センター「手稲山ウォーキング」係まで送付してください。6月12日(金)必着。なお、昼食・雨具・敷物等は各自で持参してください。

◆手稲区民ダンスの集い

日時 6月26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。

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。

◆パソコンワード初級応用

内容 ワードの基本操作から、ワードアートやイラストを使い実用的な技を習得します。

日時 7月13日(月)～18日(土)(全6回)。午前コース・午後10時～正午。午後コース・午後1時30分～3時30分。

場所 同センター2階第4会議室。

対象 区内在住か、お勤めの15歳以上の方(中学生は除く)。

定員 各コース先着20人。

費用 5千円(受講料4千円、教材費千円、申込時納入)。

※一度納入された費用は返還できません。

持ち物 筆記用具。

申込 7月8日(水)午前10時15分～10時30分に同センター2階第1・2会議室で整理券を配布。定員を超えた場合は抽

ちあふる・ていねから

手稲区保育・子育て支援センター
手稲本町3条2丁目 ☎681-3162

◆子育て講座◆

区分	講座名	日時	定員
①	「おいしく食べる」 作って食べての食育講座	7月3日(金) 午後1時30分～2時15分	先着20人
②	ママが講師の ゆかたの着付け	7月11日(土) 午前10時～11時	先着10人
③	トイレトレーニング	7月1日(水) 16日(木) 午後1時30分～2時	先着各10組

場所 ①手稲コミュニティセンター(手稲本町3条1丁目)
②、③手稲区保育・子育て支援センター

対象 ①、②就学前の子を持つ保護者。
③就学前の子とその保護者。

費用 無料。

申込 6月15日(月)から電話か窓口で申し込み。

受付時間 午前9時～午後5時(日曜は除く)

※①、②は託児が可能です。

選。定員に満たない場合は、直接窓口で先着順に受け付け。

◆カロリーダウン!ヘルシー料理講座

内容 毎日の食生活をひと工夫し、ヘルシー料理を作りましょう。

日時 7月8日(水)～29日(水)の毎週水曜日、午前10時～午後1時(全4回)。

場所 同センター3階料理実習室。

対象 区内在住か、お勤めの15歳以上の方(中学生は除く)。

定員 先着16人。

費用 4千900円(受講料2千900円、材料費2千円)。
※一度納入された費用は返還

できません。

持ち物 エプロン・手拭き・筆記用具。

申込 6月17日(水)午前9時から電話か窓口で申し込み。
費用は6月24日(水)～26日(金)に同センター窓口で納入。

※受付時間は午前9時～午後7時。

◆区民センターのホームページが開設されました

講座のご案内や申込方法などの情報を表示しています。
アドレス

<http://www.teinekumicen.jp/>

申込先・詳細 区民センター(前田1条11丁目)
☎(681)51221