

手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎684-0088

対象	講習名	定員	回数	曜日	期間	時間	受講料 (65歳以上)
①	ソフトママビクス	30組	8	月	8月24日 ～11月16日	午前9時 ～10時10分	4,100円
	背骨・骨盤ウンドー	30				午前11時50分 ～午後1時	4,100円 (3,300円)
	エアロビクス PLUS	30	10	月	8月24日 ～12月7日	午後6時30分 ～8時	5,100円 (4,100円)
	太極拳 (12・24式)		15	火	7月28日 ～12月1日	午後1時30分 ～3時30分	7,700円 (6,200円)
	テニス		初級	12	月	8月3日 ～11月16日	午前9時 ～10時30分
初級		10	水	8月26日 ～12月9日	午後1時 ～2時30分	10,400円 (8,300円)	
初中級	8月19日 ～12月2日			午前10時40分 ～午後0時30分	12,400円 (9,900円)		
②	キッズサッカー	20	8	火	8月18日 ～10月13日	午後4時15分 ～5時15分	4,800円
③	ジュニアテニス	20	12	火	8月18日 ～11月17日	午後4時30分 ～6時	8,900円
				木	8月20日 ～11月5日		
	ジュニアバドミントン	30	火	8月18日 ～11月17日	7,300円		
			木	8月20日 ～11月5日			
ジュニアヒップホップ	20	14	木	8月20日 ～11月19日	午後4時15分 ～5時25分	8,500円	

対象 ①16歳以上。②小学1、2年生。③小学3年生～6年生。
申込 7月15日(水)～21日(火)午前10時～午後8時に電話か窓口で申し込み。
抽選 定員を超えた場合は、7月23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 7月23日(木)～30日(木)までに同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。
 ・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。
 ・定員に満たない場合には、中止することがあります。
 ・「受講可能」の権利を他人に(家族でも)譲渡することはできません。
 ※上記コースの他にも、「テニス講習会」「卓球講習会」「ピラティス」「背骨骨盤体操」の教室も同時募集しています。詳細はお問い合わせ下さい。

区民センターから

前田1条11丁目 ☎681-5121

区分	講座名	月日	時間	申込方法	費用
①	手稲区民ダンスの集い	7月17日(金)	午後1時30分 ～3時30分	当日、直接会場へ。	300円
②	手稲区親子ふれあい事業 『エコ体験会 手稲まるごと 自然ウォッチング!』	7月25日(土)	午前9時50分 同センター集合 午後3時解散予定	7月13日(月)まで 電話で	無料
③	『子どもアンモナイト 化石教室』	8月5日(水)	午前10時 ～午後3時30分	7月21日(火)から 電話か窓口で	500円
④	手稲区民講座 『なつかしい童謡・唱歌』	8月19日～9月9日 の毎週水曜日	午前10時～正午	7月29日(水)から 電話か窓口で	2,300円
⑤	区民センター 共催事業 『ご近所先生 企画講座』	家庭でできる 料理教室 ～自然食材を使って～ 9月9日～10月14日 の水曜日 ※9月23日は除く	午前10時～正午	7月25日(土)までに 生涯学習センター-事業課へ お問い合わせ下さい ☎671-2311	7,000円 (教材費 込み)
⑥	癒しのケア ～日々のストレス 解消～	9月10日～10月8日 の毎週水曜日	午後6時45分 ～8時45分		5,000円 (教材費 込み)

場所 ①同センター区民ホール、②手稲山、富丘西公園、中の川、③④同センター3階視聴覚室、⑤⑥同センター
対象 ①⑤⑥区内在住の方、②区内在住の小学3年生以上と保護者、③区内在住の小学4年生～6年生、④区内在住か、お勤めの15歳以上の方(中・高生は除く)。
定員 ②40人、③④先着20人、⑤⑥20人、②⑤⑥は応募多数時は抽選。
持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ、②③昼食は各自持参、④筆記用具
 ※申込受付時間は、午前9時～午後7時(⑤⑥は午後9時まで)。⑤⑥は事前にオリエンテーションがあります。

緊急貯水槽新設のお知らせ

水道局では災害時における断水などに備えて、公園や学校などの非難場所に緊急給水を行う緊急貯水槽を新設しました。

設置場所 新陵小学校校地内(新発寒6条6丁目)。
詳細 水道局計画課計画係 ☎7052

保健センターから

◆男性の料理教室「基本とプロの技を学ぶ2日間」

内容 ①1日目は調理実習、講話「料理の基礎・はじめての家庭料理」。②2日目は調理実習、講話「プロの技!いつもの中華がステッパアップ!」、教室OBとの交流会。
講師 ①同センター管理栄養士。②札幌市調理師団体連合会専任講師(札幌後楽園ホテル中国料理「緑花」料理長)世戸直也氏。
日時 ①7月30日(木)午前10時～午後1時30分、②8月4日(火)午前10時～午後1時30分。
場所 区民センター3階料理実習室(前田1条11丁目)。
対象 区内在住の男性で、2日間とも受講可能な方。
定員 先着20人。

費用 無料。
 持ち物 エプロン、三角巾(バスタオル等)、手拭タオル、筆記用具。
申込 7月14日(火)から電話で申し込み。
日時 8月21日(金)午後6時30分～8時30分。
◆両親教室
日時 8月21日(金)午後6時30分～8時30分。
場所 同センター講堂。
対象 初妊婦とその夫。
定員 先着30組。

費用 無料。
 持ち物 母子健康手帳、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。
申込 8月10日(月)から電話で申し込み。
申込先・詳細 保健センター ☎681-2211

