

南区内の主な施設

南区役所	☎582-2400
〒005-8612 真駒内幸町2丁目	
南区土木センター	☎581-3811
〒005-0031 南31条西8丁目	
南保健センター	☎581-5211
〒005-0014 真駒内幸町1丁目	
定山溪まちづくりセンター	☎598-2191
〒061-2302 定山溪温泉東3丁目	
真駒内まちづくりセンター	☎581-3025
〒005-0014 真駒内幸町2丁目	
石山まちづくりセンター	☎591-8734
〒005-0842 石山2条2丁目	
簾舞まちづくりセンター	☎596-2059
〒061-2263 簾舞3条6丁目	
藤野まちづくりセンター	☎591-7041
〒061-2282 藤野2条7丁目	
藻岩まちづくりセンター	☎571-6121
〒005-0808 川沿8条2丁目	
藻岩下まちづくりセンター	☎581-2001
〒005-0034 南34条西9丁目	
澄川まちづくりセンター	☎821-8585
〒005-0003 澄川3条2丁目	
芸術の森地区まちづくりセンター	☎592-7009
〒005-0850 石山東7丁目	
南清掃事務所	☎583-8613
〒005-0861 真駒内602番地30	
南消防署	☎581-2100
〒005-0014 真駒内幸町1丁目	
南区体育館	☎571-5171
〒005-0804 川沿4条2丁目	
澄川図書館	☎822-3730
〒005-0004 澄川4条4丁目	
南区民センター	☎584-2100
〒005-0014 真駒内幸町2丁目	
藤野地区センター	☎592-2002
〒061-2282 藤野2条7丁目	
もいわ地区センター	☎572-5733
〒005-0808 川沿8条2丁目	
すみかわ地区センター	☎818-3035
〒005-0004 澄川4条4丁目	

南区役所

☎(582)2400

国民健康保険料の

夜間・休日納付相談

夜間相談 11月24日(火)～27日(金) 午後7時30分まで。
休日相談 11月29日(日)午前9時～午後3時。

場所 南区役所2階⑤番窓口。
※区役所北側の通用口から入りください。

【詳細】 保険年金課収納係 内線441・442・448・451

【カロリー計算の達人教室

▽講話 「バランスのよい食事で肥満予防」。
▽演習 「計算しましょう。食べ物のカロリー」。
日時 11月25日(水)、27日(金) 午後1時30分～3時30分。
会場 南保健センター。

対象 区内にお住まいで、全日程出席可能な方。

定員・費用 20人。無料。

申込方法 11月11日(水)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211



健康力アップセミナー

健康な体づくりのために、運動と食生活について一緒に学びませんか(全2回)。

①講話

日時 12月9日(水)午後1時30分～3時30分。

会場 南保健センター。
講師 五輪橋産科婦人科小児科病院 名誉理事長 丸山淳士ほか。

②運動実技

日時 12月16日(水)午後1時30分

分～3時30分。会場 南区民センター。

①・②共通

対象 区内にお住まいの方。※ただし、②は医師による運動制限のない方。

定員・費用 30人。無料。

申込方法 11月11日(水)～30日(月)に電話で左記へ(先着順)。
※①のみの受講も可能。この場合、申込不要。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

胃がん・大腸がん検診

検診日 11月27日(金)。

受付 午前8時45分～10時。会場 南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。
費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療被保険者の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法 事前に左記へ予約(電話可)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

育児教室「すくすく子育てミーティング」

育児やしつけに一人で悩むお母さん、児童心理の先生や仲間と一緒に話し合ってみませんか?

▽講話 「こんなときどうしてやる? しつつけて何だろう?」。

▽ミーティング 「聞いてみよう! 話してみよう! お母さんが元気であるために」。

日時 12月14日(月)午前9時30分～11時。

会場 南保健センター。
対象 1歳6カ月～3歳のお子さんの母親で、初めて参加される方(託児あり)。

定員 10組。費用 無料。

申込方法 11月13日(金)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課 健やか推進係 ☎(581)5211

南区社会福祉協議会

☎(582)2400 内線 381・382

講演会「認知症の理解、その予防」

日時 11月17日(火)午後1時30分～3時(開場午後1時)。

会場 南区民センター。講師 勤医協中央病院 名誉院長 伊古田俊夫ほか。

対象 区内にお住まい、または勤務している方。
定員・費用 300人。無料。

申込方法 電話、またはファクス(氏名・電話番号を明記)で申し込み。
ファクス番号(582)7370

藤野地区センター

☎(592)2002

図書室行事のお知らせ

▽おはなしの会
・11月21日(土)、28日(土)、12月5日(土) 午前11時。
▽子ども映画会
・11月14日(土)午前11時。