

平成22年度西区明るい選挙 啓発作品・展覧作品募集

未来を担う子どもたちに、政治や選挙への関心を高めてもらうための「絵てがみ」作品を募集します。

応募資格 西区の学校に通う小学5・6年生と中学生。

応募方法 区役所で配布中の募集要領を確認の上、9月30日(木)(当日消印有効)までに封書で送付。

申込先詳細 西区選挙管理委員会(〒063-8612 琴似2-1-7 西区役所内) Tel(641)2400内線217



西健康づくりセンターから

▽健康づくりフェア2010

内容 運動体験教室、骨密度・血液サラサラ度測定[※]。

日時 6月21日(月)午前10時

～午後2時。

費用・申込 無料。不要(運動体験教室のみ多数時入場制限あり)。※上履き持参。

▽栄養調理実習講座「運動後に食べる美味しいダイエットメニュー」中華編

日時 ①6月17日(木)午前11時～午後0時30分②6月23日(水)午後7時～8時30分
※①②は同内容。

定員・費用 各20人。千200円。
申込 6月11日(金)までに電話、直接来館またはEメールで。多数時抽選。

申込先詳細 西健康づくりセンター Tel(618)8700、Eメール west-school@shsf.jp

西野地区健康講座

内容 ①医師による講話「千の風になつて～心臓病のお話」
②保健師による講話「めざせ血液サラサラ生活」[※]。

日時 ①6月11日(金)②7月8日(木)。共に午前10時～正午。

会場 昭和会館(西野6-13)。
対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。

費用・申込 無料。不要。

詳細 西野まちづくりセンター Tel(663)0360

大人のための「歯みがき教室」

内容 歯周病予防のための効果的な歯磨き方法[※]。歯の健康グッズのプレゼントあり。

日時 7月6日(火)午後1時

30分～3時。受付は午後1時。
会場 西保健センター。
対象 西区に在住の方。

定員・費用 20人。無料。
申込 6月11日(金)から電話で。先着順。

申込先詳細 西保健センター Tel(621)4241

西区PR隊

大学生記者募集



市では、市民自治の実現のため、大学生と連携したまちづくりを進めています。

その一環として、地域のイベントの取材や西区お出掛けマップの制作などを行い、西区をPRする大学生記者を募集します。

期間 7月～来年1月。
対象・定員 西区に興味のある大学生10人程度。

申込 6月21日(月)(当日消印有効)までにはがき、フアクスかEメール(郵便番号、住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、学校学部、学年を記入)で。多数時抽選。

申込先詳細 西区地域振興課(〒063-0811 琴似1-6 札幌琴似第一ビル3階) Tel(641)2400内線238、FAX(641)2455、Eメール n-chishin@city.sapporo.jp

はちけん地区センター講座

内容 スケラップ・ブックキング「ミニアルバムを作ろう!」。託児あり。

日時 7月5日(月)午前10時～正午。

定員・費用 10人。千500円(材料費含む)。託児料は子ども1人につき500円。

申込 6月11日(金)から費用を添えて直接来館。先着順。

申込先詳細 はちけん地区センター Tel(611)0966

西区体育館はつらつ体操

内容 生活動作をより安定させるストレッチなどを中心に楽しみながら身体機能全般を向上させることを目的とした体操教室。

日時 7月7日～9月22日の水曜。いずれも午前10時～11時20分。全11回。

対象 65歳以上の方(医師から運動を認められている方)。

定員 15人。

費用 4千400円。このほかに毎回、施設利用料130円が必要

です。

申込 6月12日(土)～20日(日)午前9時～午後8時に直接来館または電話で。多数時抽選(結果は22日(火)に連絡)。
申込先詳細 西区体育館・温水プール Tel(662)2149



西区ガイド
▲西区ガイド
西区の地図や区内の公共機関の連絡先、各種申請窓口など、暮らしに役立つ情報が満載です。

西区まちナビ ▶
区内の各エリアごとに、自然・景観や施設を掲載しているほか、西区のまちづくり活動なども紹介しています。



「西区ガイド」「西区まちナビ」配布中

「平成22年度西区ガイド」・「西区まちナビ」を西区役所総務企画課広聴係(1階⑥番窓口)で配布しています。

詳細 西区総務企画課広聴係
Tel 641-2400 内線225-227