

札幌ふれあいの森 オータムフェスティバル



白旗山の大自然の中で、楽しい一日を過ごしませんか。

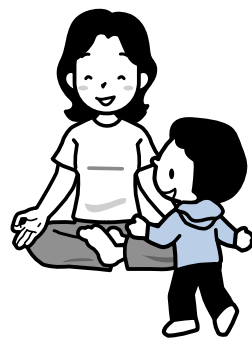
内容 自然観察会、クラフト、カミネツコン製作、昔遊びなど
日時 10月3日(日)
午前10時～午後3時(荒天中止)
会場 札幌ふれあいの森(有明386番地)
申込 不要(無料)

詳細 地域振興課まちづくり調整担当
☎ 889-2400 (内線253)

第13回清田区ミニバレー大会

種目 女子フレッシユ、女子一般、ミックス。
日 10月17日(日) 午前9時受け付け開始。
所 清田区体育館・温水プール(平岡1条5丁目)。
対 区内にお住まいかお勤めの方、または区内でサークル活動をしている方。一チーム4～6人で構成。
¥ 一人500円(当日支払い)。
申 清田区体育館で実施要領と申込用紙を配布します。申込用紙に必要事項を記入の上、9月22日(水)午後9時までに体育館受け付けボックスに投函してください。

ママのためのリフレッシュ体操
子育てで疲れている体をほぐし、気分をリフレッシュしましょう。
内 ヨガ教室(初心者向け)。
日 10月29日(金) 午前10時～11時40分(午前9時30分受け付け開始)。
所 区役所3階 健康増進フロア。
対 区内にお住まいで就学前のお子さんを育児中のお母さん。運動制限のある方は主治医にご相談ください。
定 40人。
¥ 無料。9月13日(月)～24日(金)に電話または窓口でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く)。
先着 託児(就学前のお子さんのみ)をご希望の方は、



望の方は同時にお知らせください。
持ち物 タオル(長さ80センチくらい)、水分補給用飲料水、動きやすい服装、託児に必要なもの。
申込先・詳細 健康・子ども課
☎(889)2400 内線525
健やか推進係

市民健康教育講演会

医療と保健をテーマに最新の情報をお届けします。
内 「生命の質の向上をめざして」緩和ケアの実践について。
講師 医療法人清田病院 理事長 西里卓次氏。
日 9月13日(月) 午後2時～3時。
所 区役所2階 保健センター1講堂。
¥ 無料。不要。
詳細 健康・子ども課健やか推進係
☎(889)2400 内線525

胃がん・大腸がん検診

日 10月13日(水) 午前8時45分～10時受け付け。
所 区役所2階保健センター。
対 40歳以上の方。
¥ 胃がん検診700円、大腸がん検診400円。
※70歳以上の方、65歳～69歳で「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの方、生活保護世帯、市・道民税非課税世帯の方は検診料が無料。
申 検診日の1週間前までに電話でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く)。
申込先・詳細 健康・子ども課
☎(889)2400 内線523
健やか推進係

ポリオ(小児マヒ)ワクチン 服用のお知らせ

日 左表のとおり。お子さんの体調の良い日にお越しください。

ポリオワクチンの日程		
月 日	受付時間	
10月	6日(水)	午後1時15分～2時30分
	19日(火)	午前9時～10時30分
	25日(月)	午後1時15分～2時30分
	29日(金)	午前9時～10時30分

所 区役所2階 保健センター。
対 生後3カ月から90カ月(7歳6カ月)未満のお子さん。ただし、望ましい接種年齢は生後3カ月から18カ月です。
¥ 無料。

食育講座「幼児の食事について」

内 「幼児期の食事について」(講師 管理栄養士)、「虫歯予防について」(講師 歯科衛生士)。
日 9月29日(水) 午前10時～11時40分。
所 区役所2階 保健センター1講堂。
対 1歳～2歳のお子さんの保護者。
定 10人。
¥ 無料。9月15日(水)までに電話でお申し込みください(土・日曜日を除く)。
先着 託児あります。
申込先・詳細 健康・子ども課
☎(889)2400 内線521・522
健やか推進係