



筋力アップ体操

- ▷内容 家庭で簡単にできる運動を紹介
 - ▷日時 12月22日(水)
午後3時～4時
 - ▷会場 厚別区民センター
 - ▷費用 無料。直接会場へ
 - ▷その他 参加者に記念品プレゼント
- 【詳細】厚別保健センター ☎895-1881



市民健康教育「くすりとの上手なつきあい方」

- ▷内容 薬剤師による講話
 - ▷日時 12月22日(水)午後1時30分～3時
 - ▷会場 厚別区民センター
 - ▷費用 無料。直接会場へ
- 【詳細】厚別保健センター ☎895-1881

たのしいお話会

- ▷日時 12月11日(土)、18日(土)、25日(土)
午後2時から
 - ▷会場 厚別図書館 ▷費用 無料。直接会場へ
- 【詳細】厚別図書館 ☎894-1590

厚別未来パネル展

- ▷内容 子ども会ジュニアリーダー110人が考えた、20年後の厚別区と20年後に完成予定の（仮称）厚別山本公園について展示
 - ▷日時 12月25日(土)～1月8日(土)
（※12月29日(水)～1月3日(月)を除く）
 - ▷会場 厚別区民センター
- 【詳細】厚別区子ども会事務局 ☎891-8008

厚別区体育館からのお知らせ

- ①らくらくフィットネス
 - ▷日時 1月13日(木)・1月27日(木)・2月10日(木)・2月24日(木)・3月10日(木)・3月24日(木)
午前10時～11時15分。【全6回】
 - ▷会場 厚別区体育館 ▷対象 16歳以上
 - ▷定員 30人【多数時抽選】 ▷費用 3,100円
 - ②スポーツアドベンチャー倶楽部2010冬
 - ▷内容 ①カーリング、②ミニ雪まつり、③懐かしの運動会
 - ▷日時 ①1月22日(土)午後4時30分～6時30分、②2月27日(日)午後1時～3時、③3月19日(土)午前10時～正午。【全3回】
 - ▷会場 ①美香保体育館（東区北22東5）、②厚別公園競技場（上野幌3の1）、③厚別区体育館（厚別中央2の5）
 - ▷対象 小学生とその保護者
 - ▷定員 10組【多数時抽選】 ▷費用 2,900円
- ※①②の申込方法 12月14日(火)～21日(火)の午前10時～午後8時に直接または電話で
【申込先】厚別区体育館(厚別中央2の5) ☎892-0362

子ども将棋教室

- ▷日時 1月12日(水)・13日(木)・14日(金)
午前10時～正午。【全3回】
 - ▷会場 厚別区民センター ▷対象 小学生
 - ▷定員 20人【先着順】 ▷費用 無料
 - ▷申込方法 12月17日(金)から電話で
（受付時間：午前10時30分～午後6時30分）
- 【申込先】厚別区民センター ☎894-1581

厚別南地区センターからのお知らせ

【会場・申込先】厚別南地区センター（厚別南7） ☎896-3000

講座・行事名	開催日	時間	定員	費用
①子ども将棋教室	1/5(水)・6(木)・12(水)・13(木)【全4回】	午前10時～正午	20人	無料
②子ども工作会 「フラワーボール」を作ろう	1/7(金)	午前10時～正午	15人	100円
③子ども書道教室	1/14(金)	午前10時～11時30分	10人	無料
④囲碁・将棋大会	囲碁 = 1/15(土) 将棋 = 1/22(土)	午前9時30分～午後3時	囲碁 = 30人 将棋 = 24人	無料

▷対象 ①小・中学生、②③小学生、④中学生以上
▷申込方法 ①②③12月14日(火)～18日(土)、④12月22日(水)～28日(火)（※日・祝を除く）の午前9時～午後5時に電話で（定員に満たない場合は翌日以降も受付）【先着順】
▷費用納入 ②12月20日(月)、21日(火)の午前9時～午後4時に納入。

