

## 赤ちゃんといっしょ

4月6日(水) 午後1時30分～3時30分[受け付けは午後1時から]  
北区民センター3階児童室《無料》

日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てにかかわる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。また、母親教室に参加している妊婦さんたちとの交流もあります。



●対象 生後1～3カ月の初めてのお子さんとお母さん(参加は1回に限ります)

●申込 当日、直接会場へ

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

## 児童会館あかちゃんひろば《無料》

月日	実施時間	対象	会場
3月13日(日)	午前10時～11時30分	0～1歳	新川児童会館 (新川4-11) ☎764-3664
3月27日(日)			エルムの森児童会館 (北27西12) ☎737-3974
		0～2歳	太平児童会館 (太平8-7) ☎771-6324

●内容 ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ、ボランティアとの語りなど

●申込 当日、直接会場へ

■詳細 各児童会館

## 北区社会福祉協議会から

### 介護予防センター新道南が移転します

平成23年4月1日(金)から、北区役所内にあった介護予防センター新道南が札幌サンプラザ(北24西5)5階(☎707-4129)へ移転します。

■詳細 ☎北区社会福祉協議会

## 区内各施設の講座など

### 表中の記号

① 申込時 = 申込時に納入

② 直接会場 = 当日直接参加するもの

③ 先着 = 先着順

④ 当日 = 当日に納入

⑤ 要申込 = 事前の申し込みが必要なもの

⑥ 抽選 = 多数時抽選

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	受付期間・備考
北区民センター ☎757-3511 <a href="http://www6.ocn.ne.jp/~kitakuce/">http://www6.ocn.ne.jp/~kitakuce/</a>			札幌市北区民センター	検索 click!
絵本の読み聞かせ「つくしんぼ」	4/2(土) 午後1時30分～2時	無料	直接会場	
新琴似・新川地区センター ☎765-5910 <a href="http://www3.ocn.ne.jp/~shinshin/">http://www3.ocn.ne.jp/~shinshin/</a>			新琴似・新川地区センター	検索 click!
[講座などの受け付け] ①受け付け開始時の定員超過は抽選 ②電話申し込み可 ③受付時間は午前9時～午後9時				
始めよう! ボランティア	3/21(水) 午前10時30分～正午	無料	要申込 先着 20人	3/11(金)から [対象] 中学生以上
ヨガ	《全7回》4/6～5/25の水曜日 午後1時30分～3時(5/4を除く)	①申込時 3500円	要申込 先着 15人	3/16(水)から 電話申し込み不可
絵本の読み聞かせ「おはなしたんと」	3/19(土) 午後1時30分～2時	無料	直接会場	



## 子育て情報

### 絵本のリサイクル

回収期間 3月11日(金)～18日(金)(土・日曜を除く)  
午前8時45分～午後5時15分

回収場所 北区役所1階⑩窓口、北保健センター2階健康・子ども課子育て支援係(⑤窓口)

ご家庭で使わなくなった絵本を集めています。お譲りいただいた絵本は、乳幼児期から絵本に親しむ環境づくりを進めるために、保育所や子育てサロンなどで活用します。



●絵本の種類 乳幼児向け絵本(汚れや破損のないもの)  
※図鑑・月刊誌などは対象外です

■詳細 健康・子ども課子育て支援係 ☎北区役所内線415



## 北保健センターから

### 北保健センターのヘルシーメニュー

#### ◎ヘルシーランチ

3月24日(木) 午前11時15分～(限定30食)

北区役所食堂(北24西6)《500円(税込み)》

●メニュー 鶏の南蛮漬け、水菜ときこのおひたし、ご飯、みそ汁、果物(野菜使用量177g、エネルギー664Kcal)

#### ◎おすすめランチ

3月14日(月)～20日(日) 午前11時～午後2時

札幌サンプラザレストラン(北24西5)《900円(税込み)》

●メニュー ヘルシー弁当(ナスとホタテの蒸し物、ハンバーグいため、海藻サラダ)、ご飯、みそ汁、コーヒーかウーロン茶(野菜使用量178g、エネルギー621Kcal)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎北保健センター

※ここに掲載していない行事・講座などについては、各施設にお問い合わせください。

※下記講座などの対象は原則、区内にお住まいか、勤務先のある15歳以上の方(高校生を除く)です。申し込みや内容の詳細は、各施設にお問い合わせください。

区役所からのお知らせ

北保健センターから

子育て情報

国民健康保険情報

土木センターから

税の情報

北消防署から

社会福祉協議会から

その他のお知らせ

区内各施設の講座など