



【編集】

東区役所総務企画課広聴係
〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目
☎741-2400 FAX742-4762
E-mail hi.somu@city.sapporo.jp

- 東区民ホームページ「ようこそひがしく」
<http://www.city.sapporo.jp/higashi/>
- 東区広報番組「東区情報ひろば～タッピー通信」
さっぽろ村ラジオ (FM81.3MHz)
毎週水曜日午前10時30分～40分

東区のまちづくり

～平成23年度東区実施プラン～



おきほり YOSAKOIソーラン祭り大通会場



さわやか健康まつり



東区防災訓練



雪まつりつどいむ会場



東区長 おかむら りゅういち 龍一

このたび、4月1日付けで東区長に就任いたしました。

東区では、豊かな自然や歴史性を生かして地域の皆さまが互いに支えあい、ふれあい溢れる生き生きとしたまちづくりを実現するため、本年度も東区実施プランを作成いたしました。

区民の皆さまには、「東区に住んで良かった」と実感していただけるよう、東区職員一丸となって取り組みを進めてまいりますので、ご支援、ご協力をお願い申し上げます。

区長からあつち



平成23年度

東区実施プラン

安心安全なまちづくり

「あいさつ・声かけ運動」など各種活動の支援や、地域や関係団体などと連携して安心安全なまちづくりの推進を図ります。健康づくり活動への支援や食中毒・感染症予防の推進に取り組みます。

主な取り組み

- ★「東区安心安全なまち」推進事業
- ★地域とともに、楽しくつづける健康づくり
- ★地域に根ざした食中毒・感染症予防の推進事業



東区すこやか祭



秋の交通安全市民総ぐるみ運動 街頭啓発

東区に住んで良かったと実感できるまちづくり

東区役所では
市民自治の理念に基づき、



1. 区民が主役のまちづくり
2. 区民に親しまれ信頼される区役所づくり

という2つの運営方針を定めています。

この2つの運営方針に基づき、今年度重点的に取り組む7項目をご紹介します。



に親しまれ信頼される区役所づくり

区役所づくり

情報を早くわかりやすく提供する区役所づくり

広報誌やホームページ、コミュニティFM放送などで、生活に密着する行政情報のほか、まちづくりに関心と理解を深め活用してもらう情報を、よりわかりやすく正確に提供します。

主な取り組み

- ★わかりやすい効果的な広報



市民自治推進研修



広報さっぽろ東区版



区民が主役のまちづくり

地域住民が支えあう まちづくり

安心して子育てができる環境整備や、異なる世代の人たちとの交流の機会を育んだり、地域・学校との連携を図ります。高齢者や障がいのある方が自立し、皆が元気に暮らせる支えあいのまちづくりを進めます。

主な取り組み

- ★楽しい子育てができる地域づくりと親への支援
- ★介護予防推進事業



子育てサロン ピノキオ

歴史・文化・風土を生かした 活気あるまちづくり

歴史、文化を伝承しつつ、地域固有の資源や郷土愛を生かして個性的で活気に満ちたまちづくりに取り組みます。

主な取り組み

- ★地域の歴史記録事業への支援
- ★地域が進めるアマとホップのフラワーロード事業の支援



アマとホップのフラワーロード
北8条通周辺

多様な交流の生まれる まちづくり

共通するテーマに取り組む地域の交流を支援します。また、地域が自ら行うまちづくりを効果的に進めるため、地域が区内の大学などと連携することへの支援を行います。

主な取り組み

- ★地域まちづくりネットワークの支援事業
- ★大学と連携した地域のまちづくり



東区健康づくりフェスティバル

主体的な市民参加の まちづくり

区民が自ら取り組む地域活動の輪の拡大、さまざまな世代の方がまちづくりに参加するきっかけづくりなど地域活動の活性化を図ります。また、除排雪や公園整備において地域住民の意見を取り入れます。

主な取り組み

- ★まちづくり活動への参加きっかけづくり
- ★地域と創る冬みち事業
- ★地域の力を集めた公園づくり事業



子どもおもてなしボランティア
雪まつりつどい会場



東区の豊かな自然と歴史を生かしながら、共に支えあい、ふれあい溢れる生き生きとしたまちづくりに職員一丸となって取り組んでいきます。本当に住みやすく、住んで良かったと思うまちにしていくために、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

区民の立場に立った

より親切で丁寧な職員応対を目指し、来庁者の利便性の向上を図る取り組みを継続します。また、職員の能力向上や業務効率化に取り組みます。

主な取り組み

- ★職員間の情報共有および業務の効率化
- ★窓口繁忙期における総合案内サービス
- ★職員研修の充実

お知らせ広場



東区マスコットキャラクター
「タッピー」

5月11日～6月10日

平成23年4月1日現在の人口・世帯数
人口 255,672人(前月比-134)
世帯数 119,244世帯(前月比+187)

東区関連の主な施設

東区役所関連

- 東区役所 ☎741-2400
〒065-8612 北11条東7丁目
- 東区土木センター ☎781-3521
〒065-0033 北33条東18丁目
- 東保健センター ☎711-3211
〒065-0010 北10条東7丁目
- 北部市税事務所
〒060-8641 中央区北4西5アステイ45 9階
- 市税証明・口座振替担当 ☎207-3912
- 納税相談担当 ☎207-3913
- 個人の市・道民税担当 ☎207-3914
- 固定資産税・土地担当 ☎207-3917
- 固定資産税・家屋担当 ☎207-3918

まちづくりセンター

- 鉄東 ☎721-3105
〒060-0909 北9条東5丁目
- 北光 ☎721-1271
〒065-0018 北18条東5丁目
- 北栄 ☎721-6336
〒065-0025 北25条東7丁目
- 栄西 ☎752-9536
〒007-0842 北42条東4丁目
- 栄東 ☎711-2203
〒007-0841 北41条東14丁目
- 元町 ☎781-5375
〒065-0020 北20条東20丁目
- 伏古本町 ☎784-5534
〒007-0863 伏古3条3丁目
- 丘珠 ☎781-4283
〒007-0880 丘珠町183-2
- 札苗 ☎783-3608
〒007-0807 東苗穂7条2丁目
- 苗穂東 ☎742-4427
〒065-0043 苗穂町3丁目

区民センター・地区センターなど

- 東区民センター ☎742-5500
〒065-0011 北11条東7丁目
- ふしこ地区センター ☎785-6323
〒007-0871 伏古11条3丁目
- 栄地区センター ☎704-6005
〒007-0836 北36条東8丁目
- 苗穂・本町地区センター ☎784-7833
〒065-0042 本町2条7丁目
- 東区社会福祉協議会 ☎741-6440
〒065-0011 北11条東7丁目
- 東老人福祉センター ☎741-1000
〒007-0841 北41条東14丁目

区役所や区民センター、保健センターの駐車場が大変混雑しています。お越しの際は、公共交通機関をご利用願います。

東区役所から

■ロビーコンサート



日時 5月16日(月)午後0時15分～0時45分。

会場 東区民センター。

出演 竹内獅士丸(三味線)。

内容 「津軽じょんから節」(民謡)ほか。

費用・申込無料。当日、直接会場にお越しください。詳細地域振興課まちづくり調整担当

■東区年輪大学受講生募集

健康で生きがいのある生活を送るきっかけづくりの講座を開講します。

日程 6月3日(金)～9月30日(金)(全25講座)。

会場 東区民センターほか。

対象 昭和22年4月1日以前に生まれた東区在住の方で、全日程受講できる方(以前に受講された方を除く)。

定員・費用 64人。無料(材料費などの実費負担あり)。

申込 東区民センター、区内各まちづくりセンター・地区センターで配布中の申込書を5月13日(金)(必着)までに持参または送付、ファクス(722)2794で申し

東保健センターから

■胃がん・大腸がん検診

日時 ①5月16日(月)、②5月30日(月)(受付時間は①②とも午前8時45分～10時)。

会場 東保健センター。

対象 東区にお住まいの40歳以上の方。

費用 胃がん700円、大腸がん400円(70歳以上、65歳以上の後期高齢者医療被保険者、生活保護受給世帯、支援給付世帯、市民税非課税世帯は無料。証明書必要)。

■食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座

地域で食を通じた健康づくりを広めるボランティア活動をしてみませんか。

日程 6月14日(火)、17日(金)、24日(金)、7月5日(火)、8日(金)、15日(金)(全6回)。

会場 東保健センターほか。

対象 東区在住で全日程受講でき、講座修了後に食生活改善推進員としてボランティア活動ができる方。

北部市税事務所から

■市税の夜間納税相談

毎週木曜日(祝日除く)に、夜間納税相談を行っていただきます。ご利用ください。

日時 5月12日(木)、19日(木)、26日(木)、6月2日(木)、9日(木)午後5時15分～8時。

会場・詳細 北部市税事務所(中央区北4西5アステイ

45 9階) 納税課(207)3913





子育て情報掲示板

健康・子ども課子育て支援係から

☎712-6331 ※受講中はお子さんをお預りします。

■子育て講座「いきいきママの子育てコーチング」

日時 6 / 29(水)午前10時～11時30分。

会場 東区民センター 3階「講義室」
(北11東7)。

対象 就学前のお子さんの保護者。

講師 山下由美 (ムジカ研究所所長)。

費用・定員 無料。20人 (先着順)。

申込 5 / 30(月)から、午前9時～午後5時に電話で申し込み。

■子育ておしゃべり広場

自分のことやお子さんのことなど、自由に話しましょう。

日時 7 / 7(木)・8(金)午前10時～11時30分
(全2回)。

会場 東保健センター 2階「会議室」
(北10東7)。

対象 就学前のお子さんの保護者。

費用・定員 無料。10人 (先着順)。

申込 6 / 7(火)から、午前9時～午後5時に電話で申し込み。

ちあふる・ひがしから

■子育て講座「ナースの知恵袋」

日時 6 / 8(水)午前10時30分～11時15分。

対象 就学前のお子さんと保護者。

費用・定員 無料。10組 (先着順)。

申込 5 / 25(水)午前10時から電話または直接窓口で申し込み。

詳細 ちあふる・ひがし (北9東7 ☎711-7807)

プレパクラス (両親教室)

実習を通して、赤ちゃんのお世話について学んでみませんか。

日時 6 / 3(金)午後6時30分～8時30分。(午後6時から受付開始)

会場 東保健センター (北10東7)。

対象 平成23年9月～11月に出産予定のご夫婦。

費用・定員 無料。55組 (先着順)。

申込 5 / 20(金)～27(金)の午前9時～午後5時に電話で申し込み。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎711-3211



ポリオワクチン服用のお知らせ

1歳を過ぎたお子さんはポリオワクチンよりMRワクチン第1期を優先して接種しましょう。対象や注意事項などは、本誌4月号24頁をご覧ください。

日程 下表のとおり。

会場 東保健センター (北10東7)。

詳細 健康・子ども課保健予防係 ☎711-3211

月	日	曜	受付時間
5	6	金	午後1時15分～2時30分
	9	月	午前9時15分～10時30分
	13	金	午後1時15分～2時30分
	20	金	午後1時15分～2時30分
	23	月	午前9時15分～10時30分
	27	金	午後1時15分～2時30分
	30	月	午前9時15分～10時30分

札幌市東区住民集団健康診査

対象 札幌市にお住まいの40歳以上の方。

持ち物・申込 受診券と保険証を持参し、直接会場にお越しください。

詳細【実施内容について】

東保健センター ☎711-3211

【国保、後期高齢者医療の受診券について】

保険年金課 ☎741-2400

※国保、後期高齢者医療以外の健康保険に加入されている方は、保険証の発行元にお問い合わせください。

月	日	曜	会場	受付時間
5	11	水	札苗北会館 (東苗穂13-3)	午前9時30分～11時
			栄新和町内会館 (北48東10)	午後1時30分～3時
	31	火	北36条会館 (北36東5)	午前9時30分～11時
			元町会館 (北20東20)	午後1時30分～3時
6	2	木	東区民センター (北11東7)	午前9時30分～正午 午後1時30分～2時30分

ペットの飼い主さんは マナーを守りましょう!



■放し飼いはやめましょう

「うちの犬は大丈夫」と思って、公園で引きひも(リード)をはずして遊ばせたり、引きひもでつながずに散歩したりしてはいけません。犬が苦手な人にとって、つながれていない犬は恐ろしい存在です。

散歩や公園で遊ぶときは、きちんと引きひもでつながしましょう。

■ふんは必ず持ち帰りましょう

道路や公園にふんがあると、通行者や利用者は不快な思いをし、また、衛生的にも良くありません。

散歩のときは常にビニール袋とシャベルを持ち、ふんを持ち帰りましょう。尿は、ペットボトルで水を持ち歩き、洗い流すようにしましょう。

詳細 東区土木センター ☎781-3521



広報さっぽろ東区版読者モニター募集

区民の皆さんのご意見を反映した誌面づくりを行うため、読者モニターを募集します。

期間 平成23年7月～平成24年3月。

内容 期間中に2回、調査用紙（A4判2枚程度）にご意見ご感想などを記入して、提出していただきます。

対象・定員 東区にお住まいか勤務先のある方。小学生以上。30人（多数時抽選）。

申込 はがき、ファクス、Eメールに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、応募動機を記入の上、5月27日（金）までに送付（はがきの場合当日消印有効）。

その他 モニター満了時に、共通ウイズユーカードを差し上げます。

詳細・送付先 〒065-8612札幌市東区北11条東7丁目1-1 東区役所総務企画課広聴係
☎741-2400、FAX742-4762、Eメール hi.somu@city.sapporo.jp



学校図書館 地域開放校のお知らせ

右表の小学校では、学校の図書館を地域に開放しています。

幼児向けの絵本から一般書（趣味の本やベストセラーなど）まで幅広い蔵書をそろえており、どなたでも無料で借りることができます。

また、図書館の日常業務や読み聞かせなどを、月1回程度お手伝いしていただくボランティアも募集しています。

年齢は問いませんし、お子さま連れの方でも参加できます。

詳しくは、お近くの開放校または教育委員会生涯学習推進課（☎211-3872）へお問い合わせください。

学校名	所在地	電話	開放日	時間
栄北小	北47東6	752-7876	月・金	午前10時20分～40分、正午～午後3時
			水	正午～午後3時
伏古小	伏古8-5	783-5656	月・水・金	午後1時～4時
美香保小	北18東6	721-5235	月・水・金	午後1時～4時
			土	午前10時～正午（月1回程度）
苗穂小	北9東13	721-5105	月・水・金	午後1時～4時
			土	午前10時～正午（月2回）
丘珠小	丘珠町593	781-7753	月・水・金	午後1時～3時30分
札幌緑小	東苗穂13-4	792-2480	月・水・金	午後1時～4時 （12月～3月は午後3時30分まで）
札幌北小	東苗穂9-3	791-3831	月・水・金	午後1時～4時
開成小	北21東21	783-4492	月	午後1時～3時45分
			水	午後1時～4時
			金	午後1時～3時30分
東光小	本町2-1	782-8097	月・水・金	午後1時～4時
栄東小	北46東13	753-2670	月・水・金	午後1時～3時30分
札幌小	東苗穂7-2	781-2731	月・水・金	午後1時～4時
札幌小	伏古1-2	781-5258	月・水・金	午後1時～4時
明園小	北19東14	742-6521	月・水・金	午後1時15分～4時
栄南小	北37東20	781-1257	月・水・金	午後1時～4時 （11月～3月は午後3時30分まで）
中沼小	中沼町73-10	791-0031	月・水・金	午後1時～4時 （11月～3月は午後3時30分まで）
元町北小	北31東14	752-5902	火・水・木	午後1時～4時 （10月～3月は午後3時30分まで）

児童会館

<http://www.katsudokyokai.or.jp/sisetu/g-kan/higashi.html>

- ほくほく農園（北栄・5/23（水）～25（水）午後3時45分）
- ビュンビュンごま（苗穂・5/13（金）午後3時30分）
- じゃがいもを植えよう！（東苗穂・5/24（火）午後3時30分）

毎月、子どもたちが興味を持つような行事をたくさん行っています。詳細については、各館にお問い合わせください。



新生 北8東7 ☎711-1339	東苗穂 東苗穂5-2 ☎786-3191
栄西 北46東5 ☎752-8363	元町 北21東18 ☎784-6664
北栄 北30東6 ☎711-3755	伏古 伏古10-3 ☎782-5620
北光 北18東5 ☎753-6353	札幌 東苗穂9-3 ☎791-5200
元町南 北16東16 ☎785-6148	丘珠たから 北35東23 ☎784-8095
ひのまる 北38東9 ☎752-1551	丘珠ひばり 北丘珠4-1 ☎785-6137
苗穂 苗穂町5 ☎711-8433	※全館で中学・高校生の夜間利用可能



区内各施設の講座など

直接会場＝当日直接参加するもの **要申込**＝事前申し込みが必要なもの
先着＝先着順 **抽選**＝多数時抽選

※特に記載のない場合、対象は東区にお住まいか勤務先のある15歳以上の方（中学・高校生を除く）です。

東区民センター 北11条東7丁目 ☎742-5500 <http://www.higashi-kumin.jp/>

〔申込〕①、③は申込期間の午前10時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み。②は申込期間の午前10時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み。定員を超えた場合は抽選。定員に満たない場合は、以降午前10時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み（先着順）。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
第2回グリーンコンサート JAZZコンサート	5/22(日)午後2時開演 (午後1時30分開場)	入場料 500円	250人。東区民センター 窓口で入場券販売中。	〔出演〕SWING HEART JAZZ ORCHESTRA
①水彩で描く 楽しいはぎ絵講座	5/24(火)、31(火)、6/14(火)、28(火)、7/12(火) (全5回) 午後1時30分～3時30分	受講料1,500円 教材費1,600円	要申込 先着 20人	5/11(水)から
②バスで行く春の美術探訪 札幌の本郷新・佐藤忠良の作品を訪ねて	5/27(金) 午前9時～午後4時30分	受講料2,000円 (交通費、入館料 含む)	要申込 抽選 35人	5/18(水)まで
③北海道の食を考える ～米、野菜、魚、肉、乳製品～	6/2(木)～30(木) (全5回) 午後2時～4時	受講料1,500円	要申込 先着 40人	5/11(水)から

■東区民センター図書室休室のお知らせ
 蔵書一斉点検のため、5/26(水)～6/1(水)の期間、休室となります。この期間の本の返却は区民センター入り口のブックポストなどをご利用ください。

ふしこ地区センター 伏古11条3丁目 ☎785-6323 <http://www4.ocn.ne.jp/~fushiko/>

〔申込〕申込日は下記のとおり。申込時間が各講座で異なりますので、お問い合わせください。〔その他〕「民謡教室」や「サークル体験教室」、「心肺蘇生(AED)講習会」や「ボランティア講座(災害時について)」など各種講座を開催します。詳細はお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①和装リメイク教室	6/2(木)午後1時～5時	受講料1,200円 教材費 600円	要申込 抽選 20人	5/12(木)から
②アロマテラピー教室	6/3(金)～24(金) (全4回) 午前10時～正午	受講料2,500円 教材費2,000円	要申込 抽選 15人	5/13(金)から
③はじめての あみもの手織り教室	6/6(月)～7/11(月) (全6回) 午前9時30分～11時30分	受講料3,500円 教材費3,000円	要申込 抽選 20人	5/16(月)から
④家庭でできるカイロ健康教室 (1)午後の部(金曜日) (2)夜間の部(火曜日)	5/27(金)～7/5(火) (各6回) (1)午後1時30分～3時30分 (2)午後6時30分～8時30分	受講料3,500円 教材費 500円	要申込 抽選 各12人	(1)5/13(金)から (2)5/17(火)から

■ふしこ地区センター図書室休室のお知らせ
 蔵書一斉点検のため、6/9(木)～6/15(水)の期間、休室となります。この期間の本の返却は図書室前のブックポストなどをご利用ください。

栄地区センター 北36条東8丁目 ☎704-6005 <http://www.sakae-center.com/>

〔申込〕申込日の午前9時～午後5時に電話または直接窓口で申し込み。定員を超えた場合は抽選。詳細はお問い合わせください。
 〔その他〕サークル体験講座(フラダンス、ヨガ、健康体操、ちぎり絵、ペン字など)や朗読会などを開催します。詳細はお問い合わせください。

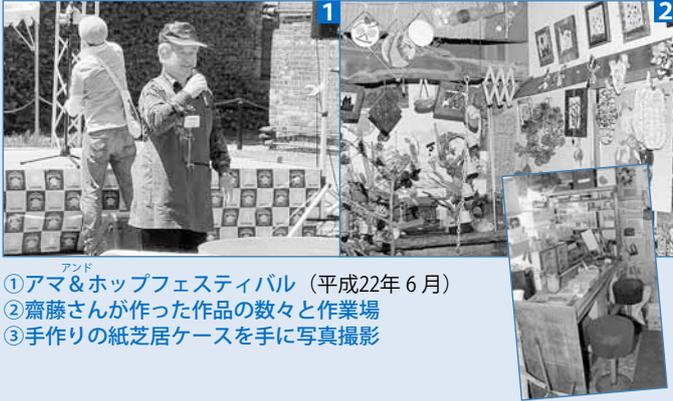
行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
ストレッチボールで姿勢美人	6/1(水)～29(水) (全5回) 午後2時～3時	受講料2,300円 教材費 700円	要申込 抽選 12人	5/11(水) 〔対象〕男女とも受講可
ママのための心理学! ママ友達倍増!人付き合いレッスン	6/7(火)、21(火)、7/5(火) (全3回) 午前10時～正午	受講料1,900円 教材費 300円	要申込 抽選 12人	5/11(水)
おうちでできる♪簡単リンパ マッサージ(ハンド&フット)	6/28(火) (午前の部) 午前10時～正午 (午後の部) 午後1時30分～3時30分	受講料 500円 教材費 300円	要申込 抽選 12人	6/2(木) 〔その他〕午前・午後どちらかを選択
手軽に作ろう! フライパンでパン作り	6/30(木) 午前10時～午後1時	受講料 800円 教材費 500円	要申込 抽選 12人	6/2(木)

苗穂・本町地区センター 本町2条7丁目 ☎784-7833 <http://www.nh-chikucen.com/>

〔申込〕申込日は下記のとおり。申込時間が各講座で異なりますので、お問い合わせください。
 〔その他〕「野菜を10倍楽しむ話」や「たのしいおはなし会(読み聞かせ)」を開催します。詳細はお問い合わせください。

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日(期間)・備考
①韓国流パッチワーク ボンヤギで作る身近な小物	6/6(月)～27(月) (全4回) 午前10時～正午	受講料1,500円 教材費1,500円 または2,000円	要申込 抽選 12人	5/17(火)
②親子de楽しむ☆ キッズ・イングリッシュ	6/18(土) 午前10時30分～11時30分	受講料 500円 (1組)	要申込 先着 15組 30人	5/25(水)から 〔対象〕1歳～5歳のお 子さんと保護者
③親子deチャレンジ☆ スポーツチャンバラ	6/25(土) 午後1時30分～3時	無料	要申込 先着 15組 30人	5/25(水)から
④初心者向けのパソコン講座 基本操作をゆっくり学ぼう!!	6/27、29、7/1、4、6、8(月)水(金) (全6回) 午前10時～正午	受講料5,700円 (テキスト代含む)	要申込 抽選 15人	6/3(金)





①アマ&ホップフェスティバル（平成22年6月）
 ②齋藤さんが作った作品の数々と作業場
 ③手作りの紙芝居ケースを手に写真撮影



北栄地区 齋藤 健二 さん

まちづくりに励む人を紹介する「東区まちづくりびと」。

今月は北栄地区の齋藤健二さんを紹介します。



何事も「挑戦」

「世のため人のために頑張ろう」という思いがきっかけで、まちづくり活動を始めた齋藤さん。

現在は、アマやホップを植え、彩り豊かなまちづくりに取り組んでいる「AMASポーターズ倶楽部」のリーダーを務める傍ら、生ごみ堆肥の講師や、健康づくり活動、子どもたちへの工作指導など多岐にわたり活躍しています。

「昔から、勉強・挑戦することが楽しくて、今年から園芸の勉強も始めました。東区がもっとたくさんのお花で彩られるように、これからも頑張っていきたいです」とこやかに話します。

齋藤さんのさらなる「挑戦」は続きます。

元町図書館 北30条東16丁目 ☎784-0841

行事・講座名	日時	費用	申込・定員	申込日（期間）・備考
おはなしの会	5/20(金)、6/4(土) 午前11時～正午	無料	直接会場	〔対象〕 幼児以上（幼児は保護者同伴）
おもちゃの無料修理	6/1(水)午後1時～4時	無料	直接会場	修理が必要なおもちゃを持参してください。

東区体育館 北27条東14丁目 ☎751-5250 <http://www.shsf.jp/higashi-gym/index.html>

〔申込〕 申込期間の午前9時～午後8時に電話または直接窓口で申し込み（多数時抽選）。詳細はお問い合わせください。

募集項目	募集内容・教室名	申込日（期間）・備考
6月開講スポーツ教室	<p>【球技系教室】卓球、テニス、バドミントン、ゴルフ</p> <p>【フィットネス教室】ヨガ、エアロビクス、ストレッチ、リズム体操、健美操、骨盤体操、ナニアロハ、らくらくステップなど</p> <p>【少年少女教室】卓球、テニス、バドミントン、親子体操など</p> <p>上記以外にも各種教室があります。日時、受講料などの詳細については、東区体育館にお問い合わせください。</p> <p>※受講料のほかに毎回施設利用料が掛かります。一般390円、高齢者（65歳以上）130円、高校生230円。中学生以下は無料です。</p>	5/21(土)～27(金)

広告

