

～自転車は交通ルールとマナーを守って乗りましょう～

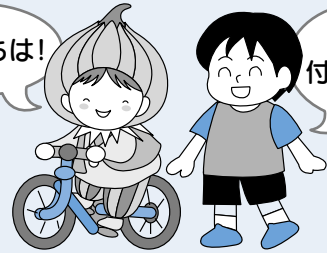
過去5年間、7月から9月の区内の人身交通事故の約4割に「自転車」が関わっています。

- 交差点では信号を守り、一時停止と安全確認を忘れずに！
- 自転車は軽車両です。飲酒運転厳禁。二人乗り、並進禁止！
- 夜間は、ライトと反射材をつけましょう。無灯火禁止！
- 子どもはヘルメットを着用しましょう。
- 歩道は歩行者優先です。歩行者に迷惑を掛けないように乗りましょう。

声かけあい、支えあう、安心安全なまちづくり区民協議会
東区役所・東区交通安全運動推進委員会・東警察署

こんにちは！

気を付けてね！



タッピーの知恵袋

水辺のある公園編



この時期の外遊びはどことも暑くて暑くて…。区内に涼しい場所はありませんか？

区内には「カナル（水路）」など、「水辺」のある公園が至るところにあります。気軽に涼を求められるこれらの公園に、皆さんも遊びに行ってみませんか？

- モエレ沼公園（モエレ沼公園1ほか）
- 北光緑地（北27東1）
- ひのまる公園（北41東10）
- 苗穂グリーン公園（北8東19）
- 丘珠公園（北37東30）

詳細 東区土木センター ☎781-3521



第28回さつぽろ・ひがしミステリー列車の旅

どこへ行くかは、着いてからのお楽しみ！



日 程 9/17(土)、18(日)。
札幌駅発着。
17日午後7時30分ごろ発、翌18日午後8時20分ごろ着。

対 象 東区にお住まいの小学4年生以上の方。
費用・定員 小学生7,500円、中学・高校生8,500円、19歳以上の方12,000円。250人（先着順）。

申 込 8/29(月)、30(火)の午前10時～午後3時に、東区民センター1階「東区子ども会事務局」で、費用とともに受け付け。

詳 細 東区子ども会育成連合会 ☎742-5515

夏休み一日司書体験

区民センター図書室で、本の貸し出し業務や本棚の整理業務を体験してみませんか。

日 時 8/18(木)午後1時30分～4時。

対 象 小学5・6年生。

費用・定員 無料。3人。

※申込多数の場合は抽選。

申 込 8/1(月)～8/14(日)の午前9時～午後5時に東区民センター図書室カウンターで受け付け。

詳 細 東区民センター図書室 ☎742-8112

プレママクッキング

調理実習を通して、妊娠・授乳期の食事を楽しく学んでみませんか。

日 時 9/20(火)午前10時～午後1時。

会 場 東保健センター（北10東7）。

対 象 初めて出産される妊婦の方。

費用・定員 無料。15人（先着順）。

申 込 8/11(木)～9/12(月)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



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、直接会場へお越しください。

詳 細 東保健センター ☎711-3211（実施内容）
保険年金課 ☎741-2400
（国保、後期高齢者医療の受診券）

※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
9	7	(水)	苗穂記念館 (苗穂町3)	午前10時～11時
			中沼会館 (中沼町27-3)	午後1時30分 ～2時30分
9	8	(木)	ひのまる児童会館 (北38東9)	午前9時30分 ～11時
			丘珠新栄団地会館 (北丘珠4-2)	午後1時30分 ～2時30分

