

## 平成23年春の褒章受章

平成元年から西区役所で行政相談委員として活動されている堀貞子さん(右写真)。その長年にわたる活動の功績が認められ、4月29日付けをもって藍綬褒章が授与されることとなり、6月29日に伝達式が執り行われました。心からお祝い申し上げます。



## 健康づくり講演会

テーマ 「スポーツを続けるために」。  
 講師 曾田雄志さん(元コンサドーレ札幌)。  
 日時 9月9日(金)午前10時～11時30分(受付＝午前9時30分～)。  
 会場 西区民センター3階区民ホール。  
 対象 西区在住で健康づくりに関心のある方。  
 定員・費用 200人。無料。  
 申込 8月24日(水)～9月6日(火)に電話で。先着順。  
 申込先 市コールセンター Tel 222-4894



【詳細】 西保健センター Tel 621-4241

## 住民集団健康診査

～生活習慣病などの予防のために健診を受けましょう～

内容(対象者)

- ①特定健康診査(年度内に40歳以上の国民健康保険に加入の市民)
- ②後期高齢者健康診査(後期高齢者医療制度に加入の市民)
- ③胸部X線検査(健診日に40歳以上の市民)
- ④肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない市民)

※①②は、健康診査の受診券と健康保険証を必ず持参。前年度の健診結果をお持ちの方は持参。ほかの健康保険に加入の方の受診の可否は、保険証に記載されている保険者にお問い合わせください。③は年齢を確認できるものを持参。

※健診内容の詳細、費用、生活保護・支援給付世帯の方はお問い合わせください。

日時・会場 ※9月11日以降の日時・会場は来月号以降に掲載します。

月日	受付時間	会場
8月18日(木)	午前9時30分～11時	宮の沢中央会館(宮の沢1-5)
8月23日(火)	午前9時30分～11時	はっさむ地区センター(発寒10-4)
	午後1時30分～3時	西野地区センター(西野4-2)
8月29日(月)	午前10時～11時	福井清流会館(福井9)
	午後1時30分～3時	西野福祉会館(西野3-2)
9月2日(金)	午前9時30分～11時	西町会館(西町南9)
	午後1時30分～3時	西野中央会館(西野3-8)

【詳細】 西保健センター Tel 621-4241

【申込先・詳細】 西区選挙管理委員会(〒063-8612琴似2-17西区役所内) Tel(641)2400内線217

【申込先・詳細】 西区社会福祉協議会 Tel(641)2400内線459、FAX(611)6620

## 西保健センターから

内容 講義、施設体験。  
 日時 9月1日(木)、5日(月)、7日(水)、10日(土)午前10時～午後3時(日によって異なります)。全4回。  
 会場 西区民センター。  
 対象 原則、すべての日程の受講が可能の方。  
 定員・費用 30人。500円。  
 申込 8月26日(金)までに電

▽父親教室  
 内容 育児実習「あかちゃんとのふれあい」おふろと抱っこ。  
 日時 8月18日(木)午後7時～8時30分(受付は午後6時30分)。  
 会場 西保健センター2階。

対象 平成23年11月～24年1月に初めて出産予定の夫婦。  
 定員・費用 40組。無料。  
 持ち物 筆記用具、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。  
 申込 8月11日(木)～16日(火)に電話で。先着順。  
 申込先 市コールセンター Tel(222)4894

▽野菜料理教室「おいしく食べよう!北海道」  
 内容 北海道の野菜や食材を使った調理実習と講話。  
 講師 料理研究家 立野豊子さん。  
 日時 8月30日(火)午前9時30分～11時30分。  
 会場 西区民センター2階。  
 対象 西区在住の方。  
 定員・費用 36人。無料。  
 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具。  
 申込 8月11日(木)～18日(木)に電話で。先着順。  
 申込先 西保健センター Tel(621)4241

【詳細】 西保健センター Tel(621)4241

## がけ地防災パネル展

9月1日は「防災の日」です。がけ崩れの危険はあなたの宅地の近くにもあります。日頃の防災意識を高めてもらうために「がけ地防災パネル展」を開催します。

【詳細】 西区保健福祉課 Tel(641)2400内線627～629