

西健康づくりセンターから

▽冬！こどもの体育3日間
日時 下表の通り。
内容 跳び箱、鉄棒、マット運動ほか。

申込 12月13日(火)（必着）までにはがき、Eメール（コース、住所、氏名、振り仮名、年齢、学年（小学生の場合）、電話番号を記入）または直接来館で。多数時抽選。

▽男のナイトフィットネス
内容 肥満予防、体力の維持・増進を目的としたプログラム。
日時 1月14日～2月4日の土曜。午後7時10分～8時10分。全4回。

対象 18歳以上の方（男性・女性共に参加できます）。

定員・費用 35人。2千100円。
申込 1月7日(土)までに直接来館または電話、Eメールで。多数時抽選。

▽冬休み！親子クッキング
内容 「食育」をテーマにした調理実習。

日時 12月18日(日)午前10時30分～午後1時。
対象 小学生と保護者。

定員・費用 10組。千600円（一組）。
申込 12月13日(火)までに直接来館または電話、Eメールで。多数時抽選。

申込先・詳細 西健康づくりセンター
Tel (618) 87000、Eメール west-school@shsf.jp

■西健康づくりセンター「冬！こどもの体育3日間」

コース名	月日・回数	時間	定員	費用
幼児 (満4歳～6歳対象)	12月23日(祝)～25日(日) 全3回	午前9時30分～10時30分	各30人	1,800円
小学生 (小1～小4対象)	12月23日(祝)～25日(日) 全3回	午前10時45分～11時45分		

西区成人式のご案内



日時 1月9日(祝)午後1時～2時30分(開場＝午後0時45分、式典＝午後1時30分から)。

会場 西区体育館。

対象 平成3(1991)年4月2日～平成4(1992)年4月1日生まれの方。

案内状 西区に住民登録がある対象者の方には、12月6日(火)に案内状を発送します。12月12日(月)までに届かない場合は、下記までご連絡ください。

その他 ①住民登録を終えていない方、帰省中の方も参加できます。なお、案内状が無くても参加できます。直接会場へお越しください。

②自家用車での来場はできません(身障者用の駐車スペースはあります)。

③式典では手話通訳があります。

【詳細】西区地域振興課 Tel 641-2400 内線 237

孤独死を考える講演会

「ご近所パワーで助け合い起こし ～住民流福祉のすすめ」

内容 地域での孤独死の防止・早期発見などに向けた活動について。

講師 福祉問題コンサルタント きはらたかひさ 木原孝久さん(NHK放送番組「無縁社会」に出演)。

日時 2月7日(火)午後2時30分～4時15分。

会場 札幌ホテルヤマチ 3階ホール(琴似1-3)。

定員・費用 300人。無料。

申込 12月12日(月)～1月20日(金)に電話で。先着順。

【申込先・詳細】西区社会福祉協議会 Tel 641-2400 内線 451

コトニ土曜大学

コトニまち夢アイデアコンテスト 観覧者募集！

コトニを中心とした西区のまちがもっと楽しいまちになるように、地域の皆さんがアイデアを発表するコンテストです。

観覧者の皆さんが審査員となります。あなたも会場で気に入った作品に投票してみませんか？

内容 第1部＝中学生たちが西区の発寒商店街を舞台に制作した短編映画「命の樹」上映会(上映時間29分、出演者あいさつ20分)。

第2部＝コトニまち夢アイデアコンテスト。

日時 12月18日(日)午後1時30分～4時30分(開場＝午後1時)。

会場 生活支援型文化施設コンカリーニョ(八軒1西1)。

費用・申込 無料。不要。

【詳細】「土曜はコトニ」実行委員会事務局 Tel 671-4111
Eメール miyanosawa@sapporo-youth.jp

2012年版



さんかくやまベ 卓上カレンダープレゼント

西区エコキャラクター「さんかくやまベ」が環境に優しい行動を月ごとに紹介する「さんかくやまベ卓上カレンダー」を作成しました。一人1冊まで無料で差し上げますので、ぜひご利用ください(無くなり次第終了)。



配布日時	配布場所
12月12日(月)～28日(水) (土・日曜、祝日を除く) 午前8時45分～午後5時15分	西区地域振興課(区役所4階) および区内各まちづくりセンター 【各先着100人】
12月12日(月)～25日(日) 午前9時～午後11時	イオン札幌発寒店(発寒8-12) 1階サービスカウンター 【先着800人】
12月13日(火)～28日(水) (月曜を除く) 午前10時～午後6時	リサイクルプラザ宮の沢(宮の沢1-1) 【先着300人】

※12月10日(土)開催の「西区こども環境広場」(11月号参照)で先行配布します。

【詳細】西区地域振興課 Tel 641-2400 内線 253