

両親学級

初めての赤ちゃんを迎えるための育児実習や妊婦疑似体験などの教室。

▷日時 3月2日(金)

午後6時30分～8時30分

▷会場 厚別保健センター

▷対象 第1子の出産予定が平成24年5月～8月の夫妻

▷定員 40組【先着順】▷費用 無料

▷申込方法 2月13日(月)～24日(金)に電話で

【申込先】厚別保健センター ☎895-1881



スノーモービル乗車体験

▷日時 2月26日(日)午前10時～午後2時

▷会場 もみじ台緑地東側 陸上競技場(もみじ台東2)

▷定員 50人【先着順】▷費用 無料

▷申込方法 2月12日(日)～20日(月)に電話で

▷その他 運転は係員が行います。

就学前の子どもは保護者の同伴が必要。

【申込先】あつべつグリーンパートナー※札幌市指定管理者
(株式会社四宮造園内) ☎892-0881

厚別区民センターからのお知らせ

特別講座 美術への誘い

▷日時 2月22日(水)午後1時30分～3時30分

▷対象 18歳以上(高校生は除く)

▷定員 20人【先着順】▷費用 無料

▷申込方法 2月14日(火)午前10時～午後5時に
直接または電話で

親子ふれあいコンサート～楽しい音楽会～

▷日時 3月3日(土)午後2時(午後1時30分開場)

▷出演 札幌mommy'sプラス

▷定員 150人▷費用 無料。直接会場へ

【会場・申込先】厚別区民センター ☎894-1581

こころの健康特別講座

こころの病を持つ当事者のお話を聞く講座。

▷日時 2月14日(火)

午後1時30分～3時30分

▷会場 厚別区役所(2階会議室A)

▷費用 無料。直接会場へ

【詳細】保健福祉課保健支援係 ☎895-2400内線363



～生活に役立つ行政情報～

あつべつ暮らし便利帳

こころ!さわやかに 心の健康相談

「最近、気分が優れず眠れない。精神科受診が必要だろうか?」「家族に心の問題がありそうだが、本人が病院に行きたがらない」「家族に物忘れが出始めて、対応に困っている」などのお悩みはありませんか?

厚別区役所では、原則、成人の方を対象に、精神科受診の必要性や家族の関わりについて、精神科の専門医師による相談を行っています。ご本人のみならず、ご家族からの相談もお受けしておりますので、気軽にご相談ください。相談上の秘密は厳守されます。



相談できる内容

▼ 精神科受診の必要性に関する相談

▼ 精神的な不調がある方に対する
ご家族の対応についての相談

※ いずれも、原則、精神科受診を
されていない方に限ります。



相談するには

● 相談方法：来所

※ 事前の相談予約(来所または電話)が必要

● 相談日時：毎月第2・3・4木曜日 午後2時～

※ 相談日が祝・休日の場合は休み

相談場所
・電話

厚別区保健福祉課保健支援係
(厚別区役所2階)

☎895-2400 内線363