

情報満載！ とよひら掲示板

5月11日～6月10日の
区内の情報を掲載しています

豊平区役所・豊平保健センター ☎822-2400
〒062-8612 平岸6条10丁目
豊平区土木センター ☎851-1681
〒062-0033 西岡3条1丁目
豊平清掃事務所 ☎581-9153
〒062-0039 西岡520番地

食生活改善推進員 養成講座

栄養、健康づくり活動、食生活プランの立て方などを学び、講座終了後は食生活改善推進員として、地域で活動をしていただきます。
日時・会場全6回。左表のとおり。

	月 日	時 間	会 場
①	5 /28(月)	13時30分～16時	区役所 2 階講堂
②	5 /31(木)	9 時～12時	
③	6 / 7 (木)		
④	6 /14(木)		
⑤	6 /25(月)	9 時30分 ～12時30分	区民センター 2 階料理実習室
⑥	6 /28(木)	9 時～11時30分	区役所 2 階講堂

対象区内にお住まいで、受講

後に豊平区食生活改善推進員協議会に入会してボランティア活動ができる方。
定員・費用 30人。テキスト代千150円。
申込 5月11日(金)～18日(金)の9時～17時に左記へ電話か直接窓口で。定員を超えた場合は抽選。
詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線524

エンジョイ・マタニティクッキング



簡単でおいしい、妊娠中にぴったりの料理を一緒に作りましょう。
日時 5月29日(火)9時30分～12時
会場 区民センター2階料理実習室。
対象 区内にお住まいの初妊婦の方。

定員・費用 25人。無料。
持ち物 母子健康手帳、エプロン、バンダナなど髪を覆うもの、食器用布巾1枚、筆記用具。
申込 5月11日(金)～18日(金)の9時～17時に左記へ電話か直接窓口で。先着順。
詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線526

区民センター・ちえりあ共催
「ご近所先生企画講座」
「水彩画 絵は誰でも描ける」
日時 7月9日
～8月13日
の毎週月曜日(7月16日は除く)。
14時～16時。
5日間1コース。
会場 区民センター2階陶芸室。
対象 市内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。
定員・費用 20人。受講料3千円。材料費350円。
申込 5月25日(金)必着で、左記へはがきまたはファクスで。定員を超えた場合は抽選。
詳細 生涯学習センター事業課(〒063-0051 西区宮の沢1-1)
☎(671)23311
FAX (671)23334



豊平区民 てくてくウォーキング



春を満喫し、草木などの自然を楽しみながら、のんびりと歩いてみませんか。
日時 5月20日(日)9時30分集合。雨天中止。
コース 西岡水源池の周り、約

8キロメートル。
集合・解散 西岡公園駐車場(西岡487番地)。
対象 区内にお住まいの方。
定員・費用 100人程度。無料。
申込 5月11日(金)～17日(木)の9時～17時に左記へ電話で。先着順。
詳細 区役所地域振興課 内線260

ちあふる・とよひら 子育て講座

① いやだいやだのお年頃
日時 5月24日(木)10時30分～11時15分。
対象 1歳6カ月～2歳前後のお子さんと保護者。
定員・費用 10組。無料。
申込開始 5月11日(金)。
② 初めてのトイレトレーニング
日時 5月29日(火)10時30分～11時15分、または、13時30分～14時15分。
対象 1歳10カ月以上のお子さんと保護者。
定員・費用 各10組。無料。
申込開始 5月15日(火)。
(以下共通)
会場 豊平区保育・子育て支援センター。
申込 申込開始日から、10時～17時に左記へ電話か直接窓口で。先着順。
詳細 豊平区保育・子育て支援センター(ちあふる・とよひら)(月寒東1-4)
☎(851)25110