

東区民ウォーキング大会 ※雨天中止

日時 9/25(火) 9時45分～
(受け付け9時30分～)。
コース ひのまる公園⇒百合が原公園⇒つどーむ(約4.5km)。
グループ 早め歩き、ゆっくり歩き、ノルディックポールの3グループに分かれてウォーキング。
集合 ひのまる公園(北41東10)。
費用・定員 無料。100人(先着順)。
申込 9/17(祝)までに市コールセンター☎222-4894・FAX221-4894で申し込み(どのグループで歩くかを教えてください)。
詳細 健康・子ども課健やか推進係
☎711-3211

男性介護者のためのプロが教える天ぷら講座

日時 10/16(火)11時～13時30分。
会場 東区民センター 2階実習室。
対象 認知症の家族を介護する男性。
内容 男性介護者向けの料理教室と情報交換会。
講師 田村優美氏
(「Cafeクレタ」のオーナー)。
費用・定員 無料。15人(先着順)。
申込 9/11(火)～10/9(火)に電話で申し込み。
詳細 保健福祉課保健支援係
☎741-2400

福祉除雪地域協力員募集

高齢の方や障がいのある方などの除雪活動を支援する「地域協力員」を募集します。なお、福祉除雪利用の申し込みは、本誌26ページをご覧ください。

対象 東区にお住まいの個人、または東区所在の団体・企業など。
内容 利用者宅の道路に面した間口幅約1.5m、敷地内は間口から玄関先までの通路幅約80cmを除雪(排雪、屋根の雪下ろし、車庫前の除雪は除く)。
活動日 道路除雪が行われた日の正午までに除雪を終了。
期間 12/1(土)～平成25年3/25(月)。
活動費 1世帯につき21,000円(1シーズン)を活動終了後に支給。
担当 なるべく近くにお住まいの利用者を担当していただきます。なお、利用申込状況により担当世帯がない場合もあります。
登録 10/4(休)までに電話またはファクス(氏名・住所・生年月日・電話番号、団体などの場合はさらに所在地・電話番号・代表者名も記入)で登録。
詳細 東区社会福祉協議会 ☎741-6440 FAX721-6444



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、直接会場にお越しください。
詳細 【実施内容について】東保健センター(北10東7) ☎711-3211
【国保、後期高齢者医療の受診券について】保険年金課 ☎741-2400
※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	時間	月日曜	会場	時間			
9	11(火)	元町児童会館	9時30分～11時	9	24(月)	苗穂本町地区センター	9時～11時	
		北32条会館	13時30分～15時				美香保集会所	13時30分～14時30分
	13(木)	東老人福祉センター	9時30分～11時	10	1(月)	農本会館	9時～11時	
		北栄会館	13時30分～15時			4(木)	モエリ交流センター	9時～11時
	14(金)	元町中央会館	9時30分～11時				栄北会館	13時30分～15時
		丘珠新栄団地会館	13時30分～15時		9(火)	北東会館	13時30分～15時	
20(木)	18(火)	ふしこ地区センター	9時～11時	10	(水)	道住東苗穂団地集会所	9時30分～11時	
		元町北27条会館	9時～11時				丘珠みづほ団地会館	13時30分～15時
		ひのまる児童会館	9時30分～11時					
		中沼会館	13時30分～14時30分					

※会場の詳細などについては、東保健センター ☎711-3211までお問い合わせください。

