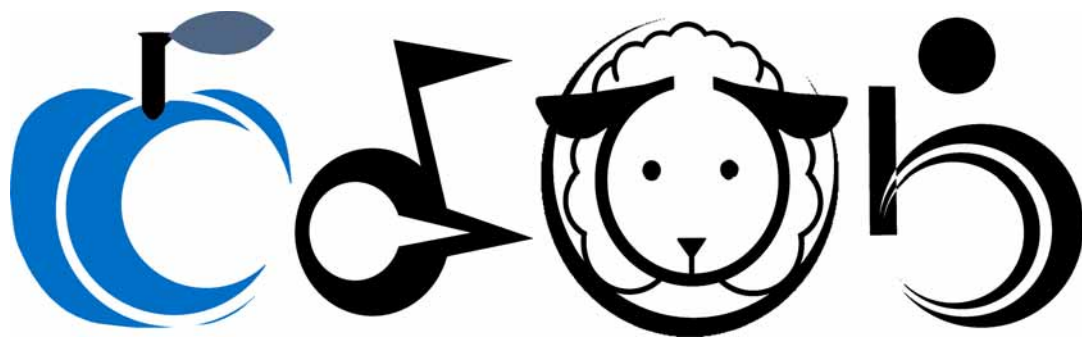




編集

豊平区役所総務企画課広聴係
〒062-8612
豊平区平岸 6条10丁目
☎822-2400 内線214・215
FAX 813-3603

とよひら元気印 (第69回)

クラブ コンサドーレ
CLUB CONSADOLE 事務局

なり た あけ み
成田 明美さん
たか ぎ ゆう すけ
高木 悠輔さん

応援の気持ちを一つにまとめて

今年からサッカーJリーグで念願の1部(J1)に復帰し、激闘を続けるコンサドーレ札幌。成田明美さんと高木悠輔さんは、チームのオフィシャル(公式)ファンクラブである「CLUB CONSADOLE」の事務局で、チームとサポーターの橋渡しをしています。

「応援してくれる人たちの気持ちを一つにまとめるお手伝いができれば」と、ファンクラブ発足の理由を語る成田さん。高木さんと共に、入会案内や試合日程、観戦チケットなどに関するさまざまな問い合わせに日々対応しています。

会員は現在9,800人ほど。「チーム設立当初からのファンが多いのですが、今年はJ1に昇格したためか、入会してくれる人が増えています。目標は1万人突破ですね」と力強く話す二人。札幌ドームや厚別公園競技場でホームゲームが開催される際には、スタジアム内のクラブコンサドーレブースで会員募集をしています。



(写真左が成田さん、右が高木さん)



◀入場ゲート付近に立ち、ファンを笑顔で出迎える高木さん。

▶クラブコンサドーレのブース。成田さんは次節の案内や会員からの問い合わせにも爽やかに答えます。



ファンと一緒にさらなる躍進を

日頃から球団全体と協力し、会員に向けたいろいろな企画を考えている二人は、コンサドーレ札幌のファンの印象を「地元のチームを心から愛している人が多いですね」とうれしそうに話します。道外の試合や、中には全ての試合を応援に行くという熱心なファンの存在に、高木さんは「本当にありがたいことです」。

また、成田さんは、「まだ試合を見たことがない人も、ぜひ一度スタジアムに足を運んでほしい」と熱く呼びかけます。

今年はシーズン開幕から厳しい戦いが続く中、「後半戦が始まり、新外国人選手も加入しました。うまく波に乗って勝ち点を増やしていってほしいですね」と高木さん。成田さんも「何とかゴールを決めて勝利してほしい」とチームにエールを送ります。

J1の晴れ舞台での活躍を裏方として支える二人が、ファンと一緒にコンサドーレ札幌の躍進を祈っています。

豊平区の人口・世帯数

人口	215,652人	(+161)
男	100,508人	(+133)
女	115,144人	(+28)
世帯数	110,616世帯	(+258)

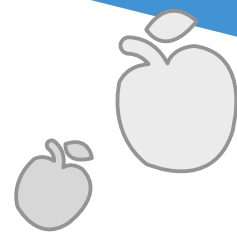
(8月1日現在。()内は前月比)

毎月14日は
とよひらの日

豊平区ホームページ「夢ひらく 花ひらく とよひらく」
<http://www.city.sapporo.jp/toyohira/>

豊平区広報番組「豊平インフォメーション」
FMアップル76.5MHz 毎週木曜日15時～





お願いです！
安全運転
をお願いします！

プロスポーツ チームが 地域を 支えます

北海道日本ハムファイターズ、
コンサドーレ札幌、エスポラーダ北海道、
レバンガ北海道。

豊平区には、全国のトップリーグで戦う
4つのスポーツチームがあります。

各チームは、上位を目指して
熱い戦いを展開する中、

スポーツ教室や学校訪問など
地域とのきずなを深める活動にも

幅広く取り組んでいます。

今回の特集は、そんなプロスポーツチームが

地域を元気にする様子をお伝えします。

選手による小学校訪問

北海道日本ハムファイターズでは、企業理念に「Sports Community」を掲げ、地域社会との共生を目指しています。その一環として毎年実施している「小学校訪問」は、実際にプロ選手と触れ合うことで夢を持ってもらいたいとの願いから。子どもたちの熱烈な歓迎と純真な笑顔に迎えられ、どの選手も「元気もらった」と大感激！マスコットのB・Bも、「幼稚園・保育園」や地域のイベントなどに積極的に参加しています。

札幌ドームの応援は、他チームも驚くほど熱く、チームの勝利の後押ししてくれます。小学校訪問でも、大歓声で迎えてくれます。いつかそんな子どもたちの中からファイターズ選手が誕生してくれたらうれしいですね。

北海道日本ハムファイターズ つかみ しんや 鶴岡 慎也選手



Hokkaido Nippon-Ham Fighters

北海道日本ハムファイターズ



BASEBALL 野球



▲地元町内会（東月寒町内会連合会）の交通安全街頭啓発に参加し、少しでも交通事故が減少することを願っています。



▲小学校訪問は地域貢献活動の一環として2003年から行っています。夢を実現したファイターズの選手たちと触れ合うことで、子どもたちにも夢を持って学校生活を送ってもらおうと、これまでに62校を訪れました。

【豊平区での試合情報】9/14(金)～16(日)秋の祭典 福岡ソフトバンクホークス戦 in札幌ドーム 【ホームページ】<http://www.fighters.co.jp/>

道産子の夢をのせて

フットサルの日本トップリーグ「Fリーグ」に加盟するエスポラーダ北海道。北海道出身の選手も多く、地元の活動や募金活動などの地域貢献活動に積極的に取り組んでいます。また今季は、たくさんの子どもたちがフットサルやスポーツに触れ合う機会をつくるため、より多くのフットサル教室や、子どもたちが出場するフットサル大会も開催しています。マスコットの「リスポ」も、たくさんのイベントに登場します！

チームが主催するフットサルスクールやイベントなどでコーチを務め、日頃から地域の子どもたちと触れ合う時間を大切にしています。スポーツを楽しみながら、一緒に元気な体をつくりましょう！

エスポラーダ北海道 水上新 玄太選手



Espolada Hokkaido

エスポラーダ北海道



FUTSAL フットサル

募金お願いします！



▲北海道共同基金が実施している「赤い羽根共同募金」において、昨年に引き続き「2012赤い羽根サポーター」として、ホームゲームでの募金活動や勝利募金などでバックアップしています。



▲▶北海きたえーるでのホームゲーム当日に、小学生チームとのエキシビジョンマッチを実施！選手が戦うピッチの上で、またお客さんが見ている中での真剣勝負！子どもたちにとって、思い出に残る経験になること間違いなしです！



【豊平区での試合情報】10/14(日)13:00～ シュライカー大阪戦 in北海きたえーる 【ホームページ】<http://www.espolada.com/>

地域への愛着ときずな

「地域密着」「地域愛」――。

チームが掲げる理念は「区民の期待にもっと応えたい」。そんな思いにあふれています。そして、チームを強くするとともに、区民に親しんでもらえるさまざまな活動に力を入れています。その活動は選手だけでなく、チームスタッフや地域住民、子どもたちやその親、商店街、施設など数多くの人たちの地道でたゆまぬ努力に支えられています。地元チームを愛し、心から温かい声援を送る。まちに根差し、お互いを思い合う気持ちで充実感や連帯感につながっています。

子どもたちとの交流では、トップ選手が競技についての紹介を行ったり、直接子どもたちに指導しています。競技経験の浅い子どもたちにとって、この交流は新鮮で貴重なものです。間近でプロの技を見て憧れを持つ体験が、未来の選手の手を育てるだけでなく、子どもたちの将来への希望を育み、健やかな成長を後押ししています。

ボールを使ったゲーム
楽しかったね！



▲先日は豊平区のみどり小学校を訪問。ボールを使ったゲームでは選手も汗だくになって楽しみました。



◀▲ドーレくんは豊平区の羊丘藤保育園に行き子どもたちとダンスをしました。

Consadole Sapporo コンサドール札幌 Soccer サッカー

地域の皆さんに 愛されるクラブを目指して

コンサドール札幌では、クラブや選手をもっと身近に感じていただくための活動に力を入れています。クラブマスコットのドーレくんの「幼稚園・保育園訪問」と選手の「学校訪問」は代表的な活動です。ドーレくんが園児と一緒に踊ったり、選手が子どもたちと一緒にボールを蹴ったりと、多くの人と触れ合うことで応援してくださる人を増やしたいと考えています。昨年は幼稚園32園と小中学校26校を訪問しました。



たくさん子どもたちに会って一緒に遊ぶことは楽しいですし、自分への刺激にもなります。学校訪問をすると、応援してくれる子どもたちのためにも、もっと頑張らなければならないと思います。

コンサドール札幌 岡本 賢明選手

【豊平区での試合情報】11/17(土)17:00～ サガン鳥栖戦 in札幌ドーム 【ホームページ】<http://www.consadole-sapporo.jp/>



◀▲リーグ戦開幕前には選手・スタッフによるクリニックを開催。選手が直接指導することで、試合とは違う表情で子どもたちと触れ合えます。



▲地域の各種イベントにも参加。トークショーやサイン会・握手会など、さまざまなイベントに参加し会場を盛り上げ、地域活性化に協力します。

Levanga Hokkaido レバンガ北海道 Basketball バスケットボール

スポーツの盛んなまちづくり

昨シーズンは22勝20敗と北海道にプロバスケットボールチームが出来てから初の5割超えを果たし、終盤戦に7連勝し最終試合までプレーオフ争いに絡むなどチーム発足1年目に快進撃。レバンガ北海道では「子どもの健全な育成」と「生涯スポーツ社会の実現」を目指し、地域貢献活動として小・中学生などを対象としたクリニック(バスケットボール教室)や地域イベントに参加。理念の実現を図るとともに道内経済の活性化に努めています。



シュートシーンが多く、得点も次々と変わるスピーディーかつエキサイティングな試合展開がバスケットボールの魅力です。レバンガ北海道のエネルギーあふれるプレーをぜひ、観戦しに来てください。

レバンガ北海道 野口 大介選手

【豊平区での試合情報】11/3(祝)18:00～ 日立サンロッカーズ戦 in北翔クロテック月寒ドーム 【ホームページ】<http://www.levanga.com/>





情報満載！

とよひら掲示板

9月11日～10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

笑顔で生き生き 健康トレーニング

NHKの体操指導者による、ラジオ体操・みんなの体操の実技講習会を開催。健康に自立した生活を送るため、ぜひご参加ください！
日時 9月21日(金)10時～11時30分

会場 月寒公民館1階体育室
(月寒中央通7丁目)。
対象 区内にお住まいの65歳以上の方。

定員・費用 100人。無料。

申込 9月14日(金)までの9時～17時に左記へ電話かファクスで。申し込み多数の場合抽選。
詳細 豊平区第2地域包括支援センター(西岡4-3)

☎(836)6110
FAX(836)6116

ちあふる・とよひら 子育て講座

①ハッピーカラー
日時 9月26日(水)10時30分～11時30分

対象 就学前のお子さんと保護者。託児あり。

申込開始 9月12日(水)。

②ちよこつとカットスクール
日時 10月2日(火)10時30分～11時30分。

対象 就学前のお子さんと保護者。

申込開始 9月18日(火)。
③キッズビクス
日時 10月4日(木)10時30分～11時30分。

対象 2歳以上のお子さんと保護者。
申込開始 9月20日(木)。

〈以下共通〉

定員・費用 20組。無料。

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)2510

社会福祉協議会から

①やさしいまち「とよひら」福祉フォーラム

講演・対談「あなたは生きづらさを感じていますか？」シンポジウム「誰もが暮らしやすいまちに」。

日時 10月6日(土)13時30分～16時30分。

会場 月寒公民館1階体育室
(月寒中央通7丁目)。

講師 雨宮処凛氏(作家・活動家)。
対談者 中島岳志氏(北海道大学准教授)。

定員・費用 300人。無料。
参加方法 当日、直接会場にお越しください。先着順。

②福祉除雪協力員の募集
冬期間、高齢者や障がいのある方などの玄関先の除雪を行う、福祉除雪協力員を募集します。なお、福祉除雪のご利用方法については、本誌全市版26ページをご覧ください。

除雪期間 12月1日(土)～来年3月25日(月)。
内容 道路から玄関先までの通路部分を除雪します。

活動日時 道路除雪が行われた日の午前中。
活動費 1冬1世帯につき2万1千円。

申込 10月31日(水)までの8時45分～17時15分に左記へ電話か直接窓口で。

詳細 豊平区社会福祉協議会(平岸6-10 区民センター内)

☎(815)2940

区民センターから

①消費者協会・区民センター共催「乳製品を使った和食メニュー料理講座」

健康増進、骨粗しょう症予防のために、乳製品を積極的に取りましょう。

日時 9月20日(木)11時～13時30分。

会場 区民センター2階料理実習室。

対象 市内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生は除く)。

定員・費用 20人。200円。
申込 9月11日(火)～18日(火)の9時～17時に左記へ電話か直接窓口で。先着順。

②ジャズライブ in Toyohira
「A列車で行こう」他、珠玉のジャズスタンダードナンバーをお楽しみください。

日時 9月22日(祝)13時30分～15時。
会場 区民センター2階大ホール。

定員・費用 150人。無料。
参加方法 当日、直接会場にお越しください。先着順。

詳細 区民センター(平岸6-10) ☎(812)7181

西岡図書館から

①楽しいお話の会
日時 9月13日・20日・27日、10月4日のいずれも木曜日。15時～15時30分。

対象 幼児・小学生および保護者。

②講演会「いつか来る日」エッセイングノート」

いつか来る日のための「エッセイングノート」。どんなふうにも何を書くか、専門家が分かりやすくお話しします。

日時 9月15日(土)14時～16時。

会場 西岡図書館2階会議室。
定員・費用 50人。無料。

申込 9月11日(火)9時15分から左記窓口で。先着順。

③ミニ展示「遺言と相続」
相続や遺言書、葬儀、お墓についての本を特集します。

日時 9月9日(日)～22日(祝)。
④パネル展「蔵書一斉点検ってなに？」

10月11日から始まる西岡図書館の蔵書一斉点検について紹介します。

日時 9月29日(土)～10月9日(火)〈休館日〉9月12日(水)・26日(水)、10月10日(水)。
詳細 西岡図書館(西岡3-16) ☎(852)8111

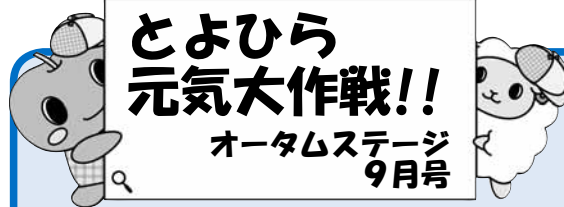
国民健康保険料の
夜間納付相談
日時 9月26日(水)・27日(木)のいずれも19時30分まで。

会場 区役所1階保険年金課。
詳細 区役所保険年金課収納係・二係 内線408・424

市税の夜間納付相談
日時 毎週木曜日、20時まで。

会場 南部市税事務所2階納税課。
詳細 南部市税事務所納税課(平岸5-18) ☎(824)3913

万一、計画停電が実施された際は、行事予定が中止・変更になる場合があります。詳細は各施設・申込先にお問い合わせください。



豊平区では、活気のあるまちづくりを推進するため、さまざまな年代の方が参加できる催しを実施します！
詳細 区役所地域振興課 内線297

パークライフウィークエンド

月寒公園の坂下野球場を開放し、ヨガや演奏会、産地直送市、遊び道具の無料貸し出しなどを行うほか、月寒公園再整備開始をお祝いするために、キャンドルナイトを開催。ご家族でぜひお越しください。

日時 9月22日(祝)10時～19時(雨天時は23日(日)に順延)。

会場 月寒公園坂下野球場(美園10-7)。

詳細 環境局みどりの管理課
 ☎211-2525

美園リンゴまつり

りんごみこし巡行、ビンゴゲーム、出店など。環状通のリンゴ並木で収穫されたリンゴの無料配布もあります。



日時 9/23(日)10時～15時。

会場 美園中央公園(美園6-5)。

詳細 美園まちづくりセンター
 ☎811-4119

月寒公園樹林観察会

月寒公園内の樹林を散策しながら観察し、公園再整備後のみどりのあり方について考えましょう。

日時 9月30日(日)13時～16時。(小雨決行。大雨時は10月20日(土)に順延)。

集合場所 月寒公園坂下野球場横テント(美園10-7)。

定員・費用 30人。無料。

申込方法 9/11(火)～27(木)の8時～21時に下記へ電話、または氏名・電話番号・樹林観察会参加希望と記載の上、ファクスかEメールのいずれかで。先着順。

申込先 市コールセンター

☎222-4894 FAX221-4894

E info4894@city.sapporo.jp

詳細 環境局みどりの管理課
 ☎211-2525

健康フェアとよひら

医師による講演会、健康づくり体験コーナー(骨密度測定など)、食生活改善のための展示コーナーなど、健康について楽しみながら考える催しです。

日時 9/30(日)13時～16時。

会場 豊平会館(豊平6-7)。

詳細 豊平まちづくりセンター
 ☎811-9435

区内のイベントを紹介している「元気大作戦イベントカレンダー」は、区役所や各まちづくりセンター、地下鉄駅、商店街のほか、町内会回覧板でもご覧いただけます。

じどうかいかんだより

平 岸 K I D ' S アラカルト収穫祭

9月20日(木)10時30分

(幼児～)

所平岸 3-9-15-22 ☎812-2493

美 園 敬老の日記念行事～音楽で交流～

9月14日(金)16時

(小学生～・申込)

所美園 6-5-4-1 ☎824-5440

豊 平 百人一首タイム

9月14・21・28日(金)15時30分

(申込)

所豊平 6-7-1-12 ☎811-1376

中の島 絵本のスペースランド

10月5日(金)15時30分

(幼児～小学生)

所中の島 2-3-8-1 ☎811-5215

天神山 おやこであそぼう「うさこちゃんたいむ」

9月20日(木)10時

(2歳以上の幼児と保護者・申込)

所平岸 1-19-2-55 ☎816-0388

福 住 こひつじひろば～絵本の読み聞かせ～

9月27日(木)16時

(小学生～)

所福住 1-1-5-5 ☎855-0350

西 岡 みずえさんのへや～絵本、紙しばいの読み聞かせ～

9月25日(火)15時45分

(幼児～)

所西岡 3-6-6-1 ☎852-8113

東 月寒 とんつきファーム収穫祭～おもいでビザづくり～

9月27日(木)15時45分

(小学生～・30人・申込・参加料)

所月寒東 3-16-13-28 ☎853-9741

あやめ野 一輪車検定

9月26日(水)16時

(小2～)

所月寒東 4-10-6-10 ☎857-5862

月 寒 月寒探偵小学校

9月30日(日)9時30分

(小学生・30人・申込・参加料)

所月寒西 1-6-3-21 ☎851-6433

西岡高台 おはなしいちば～乳幼児向けの読み聞かせ～

毎週火曜日10時30分

(乳幼児)

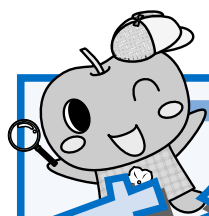
所西岡 4-11-4-22 ☎581-5394

※乳幼児は保護者と一緒に参加してください。

※()内の「申込」は事前の申し込みが、「参加料」は参加費用が必要です。詳細は各会館へ。



今月は固定資産税を納める月です。第3期分の納期限は10月1日(月)です



オータムRunフェスタ

2012 in 札幌ドーム



参加無料
9/30(日)
10:30
～15:30
※参加時間自由

スポーツの秋。おとなも子どももファミリーも、みんなで参加して札幌ドームでのんびりランニングを楽しもう!!
「ドーレくん」「リスポ」などのキャラクターも大集合!!

ドーム外用ランニング

特設コースをマイペースにランニング & ウォーキング! 周回ボタンを押して景品をゲットしよう!
※タイムを競うものではありません。

体験ゲームコーナー

・シュートスピード測定
・キックターゲット
・投球スピード測定 など
プロの記録に挑戦しよう!

ファイターズ むねむねドーム

※小学3年生以下対象

PR・休憩コーナー

プロスポーツチーム・羊ヶ丘展望台の展示や八紘学園農産物販売などのPRコーナーのほか、軽食販売や休憩コーナーもあります。

クイズラリー

札幌ドーム「アートグローブ」の作品を楽しみながら、クイズラリーに挑戦しよう!!

©2010 ESPOLADA HOKKAIDO
エスポラーダ北海道
マスコットキャラクター
「リスポ」



©1996 H.F.C.
コンサドーレ札幌
マスコットキャラクター
「ドーレくん」

日時 9月30日(日)10時30分～15時30分。参加時間・参加コーナー自由。

定員・費用 1,000人。無料。

申込 9月20日(木)までに代表者氏名、来場者数、お住まいの市区町村名を札幌市コールセンターへ電話、ファクス、またはEメールで。

詳細 区役所地域振興課 内線259

※小学3年生以下は、保護者またはそれに準ずる方の同伴が必要です。

※駐車場は当日払いで営業します(普通車500円、大型車1,000円)。羊ヶ丘通からご入場ください。

※手荷物預かりコーナーを設置します。来場時、受付でお尋ねください。

※雨天、荒天時は一部または全部のイベントが中止になる場合があります。

※イベントの様子を撮影した写真を広報目的などで使用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承の上ご参加ください。

札幌市コールセンター

☎ 222-4894 FAX 221-4894
E info4894@city.sapporo.jp
年中無休 8時～21時

ハローワーク札幌東移転のお知らせ

ハローワーク札幌東の庁舎建て替え工事が終了したため、新庁舎に移転して業務を行います。新庁舎での業務開始は10月9日(火)8時30分からです。

移転先 月寒東1条3丁目2-10(地下鉄東豊線「月寒中央駅」1番出口から徒歩約12分) ☎853-0101

詳細 ハローワーク札幌東(仮庁舎)(月寒中央通7丁目) ☎853-0101

※10月5日(金)の夜間(17時15分～19時)、10月6日(土)は閉庁させていただきます。

広告



各種講座のお知らせ

会場・申込先	講座名	曜日	開催日時	定員	受講料 (教材費)	対象・申込方法など
区民センター (平岸6-10) ☎812-7181	①家庭で作れる本格イタリアン (全4回)	水	9/26、10/10・24、 11/7 10時～12時30分	24人	3,000円 (4,000円)	対象 市内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 9/11(火)～18(火)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
	②自然ウォッチング 2012秋 (全4回)	木	9/27～10/18 10時～12時	15人	2,500円	
月寒公民館 (月寒中央通7) ☎851-0482	インターネット講座 (全3回)	月・金	9/21～28 9時30分～11時30分	16人	1,800円 (1,000円)	対象 区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 9/11(火)～18(火)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
西岡福祉地区センター (西岡4-9) ☎852-4687	①Kids&Juniorダンス講座 (全6回)	土	9/22～10/27 Kids 10時～10時50分 Junior 11時～12時	各30人	3,000円	対象 ①区内在住の、Kidsは幼稚園児～小学1年生、Juniorは小学2年生～中学生、②、③は区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)。 申込 ①は9/14(金)～21(金)、②は9/27(木)～10/2(火)、③は10/10(水)～16(火)の9時～17時に電話か直接窓口で。先着順。
	②パーソナルカラー診断講座 (全1回)	木	10/4 13時30分～16時30分	20人	2,000円 (500円)	
	③中国料理(肉まん)講座 (全1回)	水	10/17 13時～16時	15人	500円 (1,000円)	
東月寒地区センター (月寒東3-18) ☎853-2011	①親子でダンス (全1回)	木	9/20 10時30分～11時30分	-	無料	対象 ①は区内在住の乳幼児と保護者、②は区内在住かお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)、③は区内在住の方。 申込 ①、③は9/11(火)～19(水)、②は9/21(金)～30(日)の9時～17時に、①、②は電話か直接窓口、③は直接窓口で。②、③は先着順。
	②パソコンインターネット講座 (全4回)	火・水・金	10/3～10 10時～12時	20人	2,800円 (1,000円)	
	③AED講習および消火器の取り扱い (全1回)	火	10/9 13時～16時30分	30人	無料	

※定員に満たない場合は、引き続き受け付けます。応募者が少ない講座は、中止になることがあります。
※納入された受講料・教材費は、原則としてお返しできません。

住民集団健康診査(予約不要)

各地区の会館などで住民健康診査を実施します。特定健康診査・後期高齢者健康診査は原則有料です。

地区	実施日	受付時間	実施会場	所在地
月寒	9/11(火)	13時30分～15時	月寒五区会館	月寒東1-10-4-100
東月寒	9/11(火)・12(水)	9時～11時	東月寒白樺会館	月寒東4-18-7-6
	9/26(水)	9時30分～11時	東月寒会館	月寒東2-19-4-11
美園	9/12(水)	13時30分～15時	美園会館	美園6-5-4-1
豊平	9/26(水)	13時30分～14時30分	豊平橋南集会所	豊平5-2-1-1

種類	対象者・検査項目	費用	持参書類など
特定健康診査	40～74歳が対象。 ①基本項目 問診、身体計測(身長・体重・腹囲)、診察、血液検査(脂質・血糖・肝機能など)、尿検査、血圧測定。 ②詳細項目 心電図、眼底検査、貧血検査。 ※②は一定の条件に該当し、さらに医師が必要と認めた方のみ。	・札幌市国保の方 受診券をご確認ください。 ・札幌市国保以外の方 受診の可否や費用はご加入の健康保険機関(保険者)にご確認ください。	・受診券と保険証をお持ちください。生活保護を受けている方は、受給証明書をお持ちください。 ・前日はアルコールを控えてください。水は飲んでも構いません。
後期高齢者健康診査	75歳以上が対象(特定障がいのある65～74歳を含む)。 特定健康診査の①(腹囲を除く)のみ。	受診券をご確認ください。	
X線検査	40歳以上が対象。胸部レントゲン検査。	無料。	・住所、生年月日を確認できる書類をお持ちください。
肝炎ウイルス検査	年齢制限なし。ただし、過去に検査済みの方は対象外。	今年度に限り無料。	

詳細 保健センター健康・子ども課健やか推進係 内線527

豊平区体育館だより

平成24年9月下旬から約3カ月にわたって開かれる教室のご案内です。日程、定員、回数、受講料などの詳細につきましては、豊平区体育館にお問い合わせください。

対象	種目	曜日	時間	対象	種目	曜日	時間
16歳以上	やさしいヨガ	月	10時～11時30分	16歳以上	テニス初級	水	13時～15時
	ストレッチヨガ	火	9時30分～11時		テニス初中級	火	13時～15時
	背骨コンディショニング		10時～11時30分			水	15時～17時
	生活習慣病予防体操	水	9時20分～10時50分		テニス中級	火	15時～17時
	ヨガ		10時～11時30分			金	13時～15時
	いきいき体づくり体操		10時～11時30分	①	ママヨガ	金	13時～14時10分
	フラダンス		11時15分～12時30分	②	ジュニアフットサル	木	17時～18時
	やさしいストレッチ	木	13時～14時30分		ジュニアショートテニス	月	16時～17時
	ナイトピラティス		19時30分～20時45分	③	ジュニアテニス（硬式）	金	17時～18時
	懐メロ体操	金	9時20分～10時50分	④	Kids Hip Hop（入門）	水	16時30分～17時30分
	リラックスヨガ		10時～11時30分	⑤	Jr. Hip Hop（入門）		17時45分～18時45分
	ずぼら健康体操		11時10分～12時40分	⑥	げんきキッズ	火	14時15分～15時15分
	ナイトヨガ		19時30分～20時45分	⑦			15時15分～16時15分
	バドミントン初級	火	10時～12時	⑧	ジュニアハンドボール	木	16時15分～17時15分
	バドミントン中級			⑨			16時30分～17時30分
	卓球入門	木	13時～15時				
	卓球初級						
	卓球中級						

①は0～6歳の未就学児と16歳以上の保護者、②は小1～6、③は小1～6で1年以上の経験者、④は年長（平成18年4月2日～19年4月1日生）～小2、⑤は小1～4、⑥は年少（平成20年4月2日～21年4月1日生）、⑦は年中・年長（平成18年4月2日～20年4月1日生）、⑧は小1～2、⑨は小1～中1。

◎10月のスポーツ教室

- ①卓球集中講座～ペン＆シェイク バックハンド～（16歳以上、中上級レベル以上、10/9～23の火曜日、全3回）。
- ②テニスクリニック～バックハンドストローク～（16歳以上、初級レベル以上、10/18～11/15の木曜日、全5回）。
- ③マンツーマン卓球・プライベート卓球（年齢・レベル不問、10/2～31（17日を除く）の火・水曜日、1回完結）。
- ④マンツーマンテニス・プライベートテニス（年齢・レベル不問、10/4・18・25の木曜日、1回完結）。

申込期限 9/15(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 9/16(日)の14時から。

対象	内容	開講日	時間	回数	定員(人)	受講料(円)
16歳以上	そば打ち	① 9/16(日)	10時～12時30分	1	各6	2,300 (2,000)
		② 9/20(木)				

申込期限 9/13(木)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 9/14(金)の14時から。

※受講料の()内の金額は、65歳以上の方（受講期間中に65歳になる方も含む）および身体に障がいのある方の受講料です。申し込み時に年齢を証明できるものか各種手帳をお持ちください。

※お申し込み後のキャンセルは開催日前日の20時までにご連絡ください。

〈共通事項〉

※9/24(月)は施設整備日のためお休みです。

※受講料のほか、入館ごとに施設利用料（一般390円、高校生230円、65歳以上130円）が必要です。

詳細 豊平区体育館（月寒東2条20丁目） ☎855-0791