

先着順。受付時間は9時～17時まで(受付初日のみ10時から)。
申込先・詳細 西区保育・子育て支援センター「ちあふる・にし」子育て支援担当TEL(613)7882

西野地区センター図書室「GO!GO!...たのしいおはなし会」

内容 パネルシアター「たまたごでおりようり」^か。
日時 11月11日(日)13時～13時30分。
対象 幼児、小学校低学年。
申込 不要。直接会場へ。
詳細 西野地区センターTEL(666)5550

山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会
日時 11月27日、12月4日の火曜。共に15時～15時30分。
 ▽蔵書一斉点検による休館期間 11月8日(木)～19日(月)。
 ▽定期休館日 11月28日(水)。
詳細 山の手図書館TEL(644)6822

ケア友の会(男性介護者のつどい)～認知症との向き合い方を学ぼう!

認知症の方の介護者のうち、3割は男性と言われています。

講演会や交流会で学びを深めませんか?
講師 札幌こころのセンター(札幌市精神保健福祉センター)所長 鍋島あけみ。
日時 11月27日(火)13時～15時(受付は12時30分から)。
会場 西区役所4階。
対象 認知症の方を介護している男性(要介護者の同伴可。別室で対応します)。
定員・費用 15人。無料。
申込 11月12日(月)～20日(火)に電話またはファクス(参加者の住所、氏名、振り仮名、年齢、電話番号、要介護者の同伴の有無を記入)で。先着順。
申込先・詳細 西区保健福祉課TEL(641)6946、FAX(641)0372

西保健センターから

▽西野地区健康講座
内容 運動実技、姿勢の相談「姿勢からつくる健康な身体」。
日時 11月15日(木)10時～12時。
会場 昭和会館(西野6-3)。
対象 西野、福井、平和、小別沢周辺に在住の方。
費用・申込 無料。不要。

▽大人のための健康講座「あなたのサプリメント選びは正しいですか?」
講師 二十四軒薬局薬剤師 高市和之さん。
日時 11月21日(水)14時～15時30分。

▽父親教室
内容 育児実習「あかちゃんとのふれあい」おふろと抱っこ^か。
日時 11月15日(木)19時～20時30分(受付は18時30分から)。
会場 西保健センター2階。
対象 平成25年2月～4月に初めて出産予定の夫婦。
定員・費用 50組。無料。
持ち物 筆記用具、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。
申込 11月11日(日)～13日

会場 西保健センター2階。
対象 西区在住の方。
定員・費用 50人。無料。
持ち物 お薬手帳や普段服用しているサプリメント(お持ちの方)。
申込 11月11日(日)～19日(月)に電話で。先着順。
申込先 市コールセンターTEL(222)4894

▽大人のための健康講座「アンチエイジング～人は血管から老いる」
講師 北海道医療センター医師 岡本洋さん。
日時 12月8日(土)11時～12時。
会場 西保健センター2階。
対象・費用 西区在住の方。無料。
申込 11月20日(火)～12月5日(水)に電話で。
申込先 市コールセンターTEL(222)4894

▽父親教室
内容 育児実習「あかちゃんとのふれあい」おふろと抱っこ^か。
日時 11月15日(木)19時～20時30分(受付は18時30分から)。
会場 西保健センター2階。
対象 平成25年2月～4月に初めて出産予定の夫婦。
定員・費用 50組。無料。
持ち物 筆記用具、テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。
申込 11月11日(日)～13日

住民集団健康診査

～生活習慣病などの予防のために健診を受けましょう～

●内容(対象者)

- ①特定健康診査(とくとく健診。年度内に40歳以上の国民健康保険に加入の市民)
- ②後期高齢者健康診査(後期高齢者医療制度に加入の市民)
- ③胸部X線検査(健診日に40歳以上の市民)
- ④肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない市民)。

※①②は、健康診査の受診券と健康保険証を必ず持参。前年度の健診結果をお持ちの方は持参。ほかの健康保険に加入の方の受診の可否は、保険証に記載されている保険者にお問い合わせください。③は年齢を確認できるものを持参。

※健診内容の詳細、費用、生活保護・支援給付世帯の方はお問い合わせください。

●日時・会場 ※今年度の健康診査は今回が最終日となります。

月日	受付時間	会場
11月25日(日)	9時30分～11時30分	西区民センター(琴似2-7)
	13時30分～15時	

詳細 西保健センター TEL 621-4241

西野地区センター

アンド

第20回文化祭 & 再オープン記念イベント 「ドーレくんがやってくる!」

●作品展示会

11月27日(火)～28日(水)9時～18時。

※11月27日(火)14時から着物の帯結びの実演あり。

●お茶席(方円流煎茶道)

11月28日(水)10時30分～15時(予定。昼休憩あり。お菓子がなくなり次第終了)。

●舞台発表会&再オープン記念イベント

「ドーレくんがやってくる!」^{ほか}
 12月1日(土)10時～14時30分(予定。昼休憩あり)。
 ※記念イベント終了後、お楽しみ抽選会あり。

詳細 西野地区センター TEL 666-5550

