

西区からのお知らせ

西保健センターから



▽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^ほ。

日時 2月21日(木)19時～20時30分(受付18時30分)。

会場 西保健センター2階。

対象 平成25年5月～7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 2月15日(金)～19日(火)に電話で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894

▽プレマクッキング

内容 「さつともう一品!」手軽にとれる野菜教室。講話調理実習^ほ。

日時 2月22日(金)10時～12時。

会場 西区民センター2階。

対象 妊婦の方(夫婦での参加可)。

定員・費用 25人。無料。

持ち物 エプロン、バンダナ(髪を覆うもの)、手拭きタオル、筆記用具。

申込 2月11日(祝)～15日(金)に電話で。先着順。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894

▽胃がん・大腸がん検診

日時 2月23日(土)、24日(日)、3月1日(金)(受付9時～10時)。

会場 西区民センター(3月1日(金)は西保健センター)。

対象 本年度の胃がん・大腸がん検診を未受診の40歳以上の市民。

費用 胃がん検診700円、大腸がん検診400円。

※70歳以上の方、65歳以上の後期高齢者医療被保険者の方、生活保護世帯、市民税非課税世帯の方、大腸がん検診無料クーポン券対象の方は無料。

受診の際に各種証明書類をお持ちください。

申込 各検診日の1週間前までに電話、ファクスかEメール(検診名、住所、氏名、年齢を記入)で。

申込先 市コールセンターTEL(22)4894、FAX(22)4894、Eメール info4894@city.sapporo.jp

▽大人のための健康講座
内容 医師による講話「健康とダイエットについて」。

講師 北海道医療センター医師 加藤雅彦^{かとう まさひこ}さん。

日時 3月2日(土)11時～12時。

会場 西保健センター2階。

対象 健康に関心のある方。

費用・申込 無料。2月11日(祝)～24日(日)に電話で。
申込先 市コールセンターTEL

(22)4894

▽発寒地区健康講座

内容 医師による講話「変形性膝関節症について」。

講師 北海道医療センター医師 宮城登^{みやぎ のり}さん。

日時 3月13日(水)14時～15時30分。

会場 発寒福祉会館(発寒5-3)。

対象 健康に関心のある発寒地区在住の方。

費用・申込 無料。不要。直接会場へ。

詳細 西保健センターTEL(62)4241

西区民シアター

『きたかぜのおくりもの山を越え川を越え』

出演 劇団風の子北海道。

日時 3月24日(日)14時(開場13時30分)。

会場 ターミナルプラザことにパトス(琴似1-4地下鉄琴似駅地下2階)。

入場料 前売り千200円。当日千500円。団体割引(10人以上)千円。3歳以下、65歳以上、障がい者は無料。前売り券は、2月15日(金)からターミナルプラザことにパトス、劇団風の子北海道(北区北27西11)で販売。団体割引を希望の場合は、劇団風の子北海道に連絡してください。

【詳細】西区地域振興課TEL(64)6926、劇団風の子北海道TEL(76)3619

農試公園歩くスキー 初心者講習会



内容 用具の取り扱い方法や基本滑走^ほ。

日時 2月16日(土)10時～12時。

定員・費用 20人。300円。

※用具の無料貸し出しあり。
申込 2月11日(祝)から直接来所か電話で。先着順。

申込先・詳細 農試公園管理事務所(八軒5西6)TEL(615)3680

山の手図書館から

▽絵本の読み聞かせ会
日時 2月12日、19日、26日、3月5日の火曜。いずれも15時～15時30分。

▽たのしいおはなし会
日時・内容 2月16日(土)14時～14時20分「サルのきも」。

▽小学生のためのおはなし会
日時・内容 2月16日(土)14時30分～15時「ネコの家にいった女の子」。

▽休館日のお知らせ
2月13日、27日の水曜。

【詳細】山の手図書館TEL(64)6822

広告