

保健センターから

◆「さつぼろ食スタイル」料理講習会「身近な野菜で作る福神漬け」

身近な野菜を使って福神漬けを作ります。食中毒のミニ講座も併せて行います。

講師 赤木富紀子氏（料理研究家）、同センター職員。

日時 2月22日(金)13時30分～15時30分。

場所 区民センター3階料理実習室（前田1条11丁目）。

対象 区内在住の方。

定員 先着24人。

費用 無料。

持ち物 エプロン、三角巾（バンダナなど）、手拭きタオル、筆記用具。

申込 2月12日(火)から電話で申し込み（土・日除く）。

◆両親教室

内容 初めて親になる方を対象に、赤ちゃんの入浴の練習やお父さんの妊婦疑似体験などを行います。

日時 2月22日(金)18時30分～20時30分。

場所 同センター2階講堂。

対象 初妊婦とその夫。

定員 先着30組。

費用 無料。

持ち物 母子健康手帳、テキスタイル「わが家に赤ちゃんがやってくる」。

申込 2月12日(火)から電話で申し込み（土・日除く）。

◆思春期講演会

テーマ 「どうやって伝えればいいの？いのちが大切ってこと」誕生学」

講師 よしゆうこ氏（誕生学アドバイザー・助産師）。

日時 2月22日(金)10時～11時30分。

場所 区民センター2階第1・2会議室（前田1条11丁目）。

対象 就学前や小学校低学年のお子さんを持つ保護者。

定員 先着50人。

費用 無料。

申込 2月19日(火)までに電話か窓口で申し込み（土・日・祝日除く）。

◆申込先・詳細 保健センター（前田1条11丁目） ☎(881)1211

第24回手稲区長杯争奪ゲートボール大会

日時 3月7日(木)9時30分～17時（9時受付開始）。

場所 手稲区体育館（曙2条1丁目）。

対象 ①札幌手稲区ゲートボール協会に所属のチーム、

②一般参加（区内在住か、区内に勤務先、学校のある方）。

定員 ②は先着8チーム（1チーム5人）。

費用 一人500円（②は当日納入）。

申込 ①は同協会に直接申し込み、②は区役所3階地域振興課（前田1条11丁目）で配布中の開催要項に基づいて、2月15日(金)までに申し込み。

※参加者は各自でスポーツ傷害保険に加入してください。

◆申込先・詳細 地域振興課地域活動担当 ☎(881)2445

ちあふる・ていねから

◆所長のハッピーアドバイス

ちあふる・ていねの所長が育児について分かりやすくアドバイスします。

日時 3月5日(火)13時30分～14時。

場所 ちあふる・ていね1階ゆり室。

対象 就学前のお子さんを持つ保護者。

定員 先着10人（託児なし）。

費用 無料。

申込 2月19日(火)から電話か直接来所して申し込み。

◆申込先・詳細 手稲区保育・子育て支援センター（ちあふる・ていね）（手稲本町3条2丁目） ☎(881)3162

曙図書館から

◆楽しいお話会

日時 2月16日(土)、23日(土)、3月2日(土)、9日(土)14時30分～15時。

◆子ども映画会

日時 2月16日(土)、3月2日(土)15時5分から30分程度。

※2月13日(水)、27日(水)は休館日です。

◆詳細 曙図書館（曙2条1丁目） ☎(885)4946

ふれあいいきいきサロン パネル展

地域の皆さんが、身近な場所ですぐ気軽に参加し、楽しく過ごす仲間づくり活動「ふれあい・いきいきサロン」の様子を写真や作品で紹介します。

期間 3月4日(月)～8日(金)。

場所 区民センター1階ロビー（前田1条11丁目）。

◆詳細 手稲区社会福祉協議会 ☎(881)2644

国保からのお知らせ

平成24年度国民健康保険料の第8期納付期限が過ぎています。お忘れの方はお早めに納付してください。また、病

気や失業などで保険料の納付が困難な方はご相談ください。

◆夜間相談日 2月26日(火)、28日(木)の20時まで。

◆休日相談日 2月24日(日)9時～14時30分。

◆場所 区役所2階①番窓口（前田1条11丁目）。

◆詳細 保険年金課収納係 ☎(881)2575