

胃がん・大腸がん検診 **HP**

- ▷日時 6月11日(火)8時45分～10時
 ▷会場 厚別保健センター
 ▷対象 40歳以上
 ▷費用 胃がん(バリウム)700円、
 大腸がん(検便)400円 ※減免制度あり
 ▷申込方法 6月1日(土)までに電話かFAXまたはEメールで
 ▷その他 1週間前までに採便キットなどを送付
 します。

【申込先】札幌市コールセンター ☎222-4894
 FAX221-4894、Einfo4894@city.sapporo.jp

食生活改善推進員養成講座

健康な食生活を学び、その内容を地域に普及させる
 食育ボランティアを養成する講座。健康づくりの
 輪を広げる活動に参加してみませんか。

- ▷日時 6月6日(木)・13日(木)・20日(木)・26日(木)・
 7月4日(木)・9日(火)の9時～12時(26日のみ13
 時まで)【全6回】
 ▷会場 厚別保健センター
 ▷定員 20人【先着順】
 ▷費用 1,155円(テキスト代)
 ▷申込方法 5月14日(火)～27日(月)に電話または直接
 【申込先】厚別保健センター ☎895-1881

<厚別区民センター・ちえりあ共催「ご近所先生企画講座」>

徹底的にすっきり小顔づくり～フェイスマッサージを学ぼう～

- ▷日時 7月12日(金)～8月9日(金)の毎週金曜日、18時45分～20時45分【全5回】▷対象 女性
 ▷会場 厚別区民センター▷定員 20人【多数時抽選】▷費用 受講料3,000円、教材費3,000円
 ▷申込方法 5月25日(土)までに下記申込先へ、はがきかFAX(671-2334)または直接【必着】
 【申込先】札幌市生涯学習センター(〒063-0051西区宮の沢1条1丁目1-10) ※問い合わせ先 ☎671-2311

厚別南地区センターからのお知らせ

【会場・申込先】厚別南地区センター ☎896-3000

講座・行事名	開催日	時間	定員	受講料	教材費
①パソコンワード初級	6/4(火)・6(木)・7(金)・11(火)・ 13(木)・14(金)【全6回】	10時～12時	20人	3,400円	1,500円
②パソコン ワードステップアップ	6/18(火)・20(木)・21(金)・25(火)・ 27(木)・28(金)【全6回】	10時～12時	20人	3,400円	1,500円
③パソコンワード活用講座	7/2(火)・5(金)・9(火)・12(金)・16(火)・ 19(金)・23(火)・26(金)【全8回】	10時～12時	20人	3,900円	1,500円
④魅せるボディライン エクササイズ	6/5(水)～7/17(水)の毎週水曜日 【全6回】※6/19(水)を除く	10時～ 11時30分	20人	3,400円	無料
⑤楽しく学ぶ ^{マージャン} レディース麻雀	6/5(水)～7/10(水)の 毎週水曜日【全6回】	13時30分～ 15時30分	20人	5,000円 (卓レンタル料込)	600円 (テキスト代)
⑥折り紙	6/12(水)～7/17(水)の 毎週水曜日【全6回】	10時～12時	15人	3,400円	500円

- ▷対 象 15歳以上(中学・高校生を除く)
 ▷申込方法 ①～③は5月15日(水)～18日(土)に、④～⑥は5月17日(金)～23日(木)に電話で【先着順】
 (受付時間:9時～17時)※日曜日を除く
 ▷費用納入 受講料:①～③は5月20日(月)・21日(火)、④～⑥は5月24日(金)・25日(土)に納入
 (受付時間:9時～16時)。教材費:①～③、⑥は講座初回時に講師へ、⑤は受講料とともに納入

広告