

手稲区からの お知らせ

5月11日～6月10日
の区内の情報です



区民センターから

◆手稲区民ダンスの集い

日時 5月17日(金)13時30分～15時30分。

場所 同センター2階区民ホール。

費用 300円(当日納入)。

持ち物 ダンスシューズ、ヒールキャップ。

申込 当日、直接会場へお越しください。

◆はじめてのパークゴルフ入門

日時 6月6日(木)～27日(木)の毎週木曜日10時～12時(全4回)。

場所 【初回】同センター3階視聴覚室、【2回目以降】前田森林公園パークゴルフ場(手稲前田59)。

※現地集合・解散。

対象 区内在住か、お勤めの

15歳以上の方(中高生は除く)。定員 20人(申込多数の場合、5月16日(木)抽選)。

費用 2千500円(5月17日(金)20日(月)までに納入)。

持ち物 タオル、飲み物、パークゴルフ用具(用具のない方は1回200円で貸し出し)。

申込 5月13日(月)～15日(水)10時～17時に電話か窓口で申し込み。

(申込先・詳細) 区民センター(前田1条11丁目) ☎(681)5121

生ごみ堆肥化

セミナーのご案内

内容 ①密閉式容器を使って、②コンポスターを使って。

日時 6月5日(水)、①10時～11時30分、②13時30分～15時。

場所 区民センター2階第1・2会議室(前田1条11丁目)。

申込 前日までに電話(日・祝日を除く10時～16時)、ファクス、Eメールで申し込み。

(申込先・詳細) 生ごみ堆肥化相談窓口 ☎ファクス(621)5318

Eメール kitagomi@alles.or.jp

保健センターから

◆両親教室

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。新しい家族を迎える準備として、ご夫婦で参加してみませんか。

日時 5月24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・テキスト「わが家に赤ちゃんがやってくる」。

申込 5月13日(月)から電話で申し込み。

◆「禁煙週間・食育月間」パネル展のお知らせ

期間 5月31日(金)～6月6日(木)。

場所 区民センター1階ロビー(前田1条11丁目)。

●イベント

内容 ①禁煙グッズプレゼン(先着100人)、②レシピ集プレゼント(先着100人)。

日時 6月5日(水)14時～15時。

場所 区民センター1階ロビー(前田1条11丁目)。

◆「手稲区健康つていいね通信」を発行しました

区の健康づくり事業や区内で健康づくりに関する取り組みをしています。皆さんの健康づくりにお役立てください。

配布場所 区役所1階①番窓口、区民センター1階情報提供コーナー、保健センターなどで配布しています。

掲載場所 区役所ホームページ「手稲区健康つていいね通信」。

(<http://www.city.sapporo.jp/reine/hoken/hokentcenter/walking.html>)

◆「手稲区ナイトウォーキングコース作成マップ」を更新しました



日中歩く機会が持てない方も、マップを参考にしながら、バス通りやナイトウォーキング協力店のある明るい道を選び、ナイトウォーキングコースを作成しませんか。

内容 J R手稲駅、J R星置駅、J R稲積公園駅周辺の3種類。

配布場所 希望者にはマップデータを印刷したものを保健センターで配布します。

掲載場所 区役所ホームページ「手稲区ウォーキングマップ」。

(<http://www.city.sapporo.jp/reine/hoken/hokentcenter/walking.html>)

(申込先・詳細) 保健センター(前田1条11丁目) ☎(681)1211

子育て支援係から

◆子育て応援隊大募集!

子育て家庭を応援するボランティア養成のための講習会に参加しませんか。子どもの

発達や親子の関わり方などについて学びます。

日時 6月4日(火)、5日(水)10時～12時。2日間の講習を受講後、別日程で子育てサロン体験があります。

場所 保健センター2階講堂(前田1条11丁目)。

子育て体験は、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)または区内子育てサロン。

対象 子育て支援やボランティア活動に関心のある方。

定員 先着15人。

費用 無料。

申込 5月14日(火)から電話で申し込み。

◆親子ハッピー劇場・劇団風の子北海道がやってくる!

乳幼児向けの手遊びや音遊び、おはなしごっこ「せんたくかあちゃん」を、土曜のひとときに家族で楽しませんか。

日時 6月1日(土)10時30分～11時20分(開場10時15分)。

場所 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)。

対象 就学前のお子さんとその保護者。

定員 先着20人。

費用 無料。

申込 当日、直接会場へお越しください。

(申込先・詳細) 健康・子ども課

子育て支援係 ☎(681)1342