



厚別区からの

お 8月 知らせ



主な札幌市施設・窓口の一覧

厚別区役所	☎895-2400 (代表)
厚別保健センター	☎895-1881
厚別区民センター	☎894-1581
厚別図書館	☎894-1590
厚別消防署	☎892-2100
(所在地 厚別中央1の5)	
厚別区土木センター	☎897-3800
(所在地 厚別町下野幌45-39)	

各地区のまちづくりセンター

厚別中央 (厚別中央3の2)	☎891-3907
厚別南 (厚別南1)	☎891-1666
厚別西 (厚別西2の3)	☎891-4555
もみじ台 (もみじ台北7)	☎897-6121
青葉 (青葉町3)	☎892-8177
厚別東 (厚別東4の4)	☎897-2885
東部市税事務所	☎802-3912
(所在地 大谷地東2)	

8月11日からの内容を掲載しています

区役所から

区役所にお越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

簡単ヘルシー！ベジタブルクッキング

8月は野菜摂取強化月間です。野菜をおいしく食べるコツや、旬の野菜を使った手軽な料理をご紹介します。

- ▷日時 8月23日(金)9時30分～13時
- ▷場所 厚別区民センター
- ▷定員 24人【先着順】▷費用 無料
- ▷申込方法 8月12日(月)～16日(金)に電話で
- 申込先 厚別保健センター ☎895-1881

個人情報保護と福まち活動を学ぶセミナー

- ▷内容 高齢者などの見守り活動を中心とした支え合い活動(福まち活動)の意義と個人情報保護の基本について
- ▷日時 8月27日(火)13時30分～16時
- ▷場所 厚別区民センター
- ▷定員 120人【先着順】
- ▷費用 無料
- ▷申込方法 8月12日(月)9時から電話で
- 申込先 厚別区社会福祉協議会 ☎895-2483

市民健康教育講演会

- ▷テーマ 「高齢者の脊椎疾患～皆さんを悩ます腰痛・脚のしびれ～」
- ▷講師 羊ヶ丘病院医師 わたなべ こいち 渡邊 吾一氏
- ▷日時 8月28日(水)14時～15時30分
- ▷場所 厚別区民センター
- ▷費用 無料。直接会場へ
- 詳細 厚別保健センター ☎895-1881

サマーコンサート

- ▷日時 8月18日(日)14時～(開場13時30分)
- ▷出演 HBC少年少女合唱団
- ▷定員 200人
- ▷費用 無料。直接会場へ
- ※満員の際は入場をお断りすることがあります。
- 会場・詳細 厚別区民センター ☎894-1581

点訳ボランティア入門講座

- ▷日時 9月3日(火)10時～12時
- ▷対象 18歳以上(学生除く)
- ▷定員 20人【先着順】▷費用 1,000円
- ▷申込方法 8月20日(火)10時～17時に電話または窓口で
- ▷費用納入 受講決定後、8月27日(火)までに窓口で
- 会場・申込先 厚別区民センター ☎894-1581

胃がん・大腸がん検診 HP

- ▷日時 9月10日(火)8時45分～10時
- ▷場所 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 8月31日(出)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、E info4894@city.sapporo.jp

区民交流ウォーキング大会

- ▷日時 9月13日(金)9時30分～(受け付けは9時～)
- ※雨天中止、小雨決行
- ▷集合場所 ふれあい広場あつべつ(厚別中央1の5)
- ▷定員 100人【先着順】
- ▷費用 無料
- ▷コース 南郷通、もみじ橋、紅青橋、野津幌川緑地、厚別南緑地、陽だまりロード、上野幌公園、青葉中央公園、厚別青葉通を巡る約6km
- ▷申込方法 9月2日(月)～11日(水)に電話で
- 申込先 札幌市コールセンター ☎222-4894
- ※当日の開催判断に関するお問い合わせは厚別保健センター ☎895-1881へ

