

## 手稲コミュニティセンターから

手稲本町3条1丁目 ☎ 681-2133

区分	講座名	月日	時間	場所	定員	費用
①	ダンスの集い	8月27日(火)	13時～15時	1階 ホール	—	300円 (当日納入)
②	きらきら・シニア教室「健康講話」	8月28日(水)	13時～15時	2階 第1・2会議室	先着20人	100円 (当日納入)
③	手稲人が語る「手稲人のための手稲の話」講座 「札幌の奥座敷、一世を風靡した光風館」のお話	9月17日(火)	13時30分～15時	2階 第1・2会議室	先着40人	300円

対象 ②区内在住で原則65歳以上の方、③区内在住の方。 持ち物 ①ダンスシューズ、ヒールキャップ。  
申込 ①当日、直接会場へお越しください、②8月21日(水)10時から電話か窓口で申し込み、③8月27日(火)10時から電話か窓口で申し込み。

## 手稲区体育館から

曙2条1丁目 ☎ 684-0088

講座名	定員	回数	曜日	期間	時間	受講料(※)
トータルトレーニング	15人	8回	水	9月25日～11月13日	19時～20時30分	5,600円(4,500円)
★あへあほ体操 in 星置	各30人	20回	火	10月1日～3月4日	19時30分～21時	10,300円(8,200円)
★ヨガ in 星置		17回	月	10月7日～3月10日		8,700円(7,000円)
ヨガA		各23回	土	10月5日～3月15日	9時～10時30分	11,800円(9,400円)
ヨガB	11時～12時30分					

※( )内は65歳以上・障がいのある方の受講料です。  
対象 16歳以上の方。 申込 8月30日(金)～9月6日(金)10時～20時に電話か窓口で申し込み。  
抽選 定員を超えた場合は、9月8日(日)15時から同体育館1階ロビーで抽選。電話での問い合わせは16時以降。  
受講料 9月10日(火)～17日(火)10時～20時に同体育館へ来館し直接納入。  
○定員に満たない種目は、9月10日(火)9時から電話で先着順により申し込みを受け付け(定員に満たない場合には、中止することがあります)。  
○受講料のほかに、毎回施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要。高校生は生徒手帳、65歳以上の方は年齢を証明できるものを持参。療育手帳、各種障害者手帳をお持ちの方は、提示により利用料免除。  
○★は、会場が星置中学校(星置3条5丁目)のため、施設利用料は必要ありません。  
○「受講可能」の権利は他人に(家族でも)譲渡できません。  
このほかにもさまざまな講習会があります。詳しくは各区体育館で配布している時間割やホームページ(<http://www.shsf.jp>)をご覧ください。なるか、電話でお問い合わせください。

## あいくるイベント情報

《詳細》地域振興課まちづくり調整担当 ☎ 681-2445

月日	時間	内容	関係団体
8月17日(土)	11時～11時30分	手稲西小学校スクールバンドコンサート	手稲区PTA連合会
8月19日(月)	10時30分～11時	「あいくる」子ども劇場 おたのしみ会	読み聞かせの会「わらび」
9月5日(水)	①10時～10時30分	紙芝居とパネルシアター	北海道紙芝居研究会「かぜるん」
	②10時45分～11時15分		
9月10日(火)～12日(木)	15時～19時	石狩さけまつり50回記念事業PRイベント	石狩市、石狩観光協会

場所 JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)。費用 無料。申込 当日、直接会場へお越しください。

## 第17回手稲ふれあいフェスティバル 《申込先・詳細》手稲区第2地域包括支援センター ☎ 686-7000

手稲区内の保健・福祉・医療団体が連携し、誰もが安心できる地域社会づくりに寄与することを目的とした、「手稲ふれあいフェスティバル」を開催します。費用は無料です。気軽にご参加ください。

内容等	日時・場所
①健康相談・展示会 保健・福祉・医療相談、お薬相談、骨密度測定、ミニ講話、福祉機器展示など。	9月14日(土)9時30分～12時 JR手稲駅自由通路「あいくる」(手稲本町1条4丁目)
②講演会「認知症サポート医に聞く『知って得する認知症の知識!』」 講師 小嶋 一氏(医療法人 湊仁会 手稲家庭医療クリニック 院長)	9月14日(土)13時30分～15時(開場13時～) 区民センター2階区民ホール(前田1条11丁目)
③施設見学会 9月13日(金)、14日(土) 区内福祉施設を15コースに分けて見学(内容はお問い合わせください)。コースにより見学時間が異なります。昼食付きコース(有料)もあります。	

申込 ①②当日、直接会場へお越しください、③8月30日(金)までに電話で申し込み。

広告