



■みんなでみに区る 健康まつり2013

～健康づくり「いつやるの?」「今でしょう!」～

日時 9/26(木) 10:00～14:30。
会場 南区民センター。

健康講話	13:00～14:30 (12:30開場)
講演	「医学と健康の正しい知識」
講師	五輪橋産科婦人科小児科病院 医師 丸山淳士。
歯科ドック	11:00～13:00 (先着60人) <10:30から整理券配布>
薬の健康相談と血流測定体内酸化度チェック	10:00～12:30 (先着各100人) <10:00から整理券配布>
骨密度測定とがん予防パネル展	10:00～12:30 (先着80人) <10:00から整理券配布>
肺年齢測定	10:00～12:30 (先着100人) <10:00から整理券配布>
ボランティア鍼灸柔整マッサージ	10:00～受付終了11:30
きのこ展・相談コーナー	10:00～14:30
大人の体力測定	10:00～12:30
きっず★スペース	10:00～12:00 (先着100人)
みんなで食育	10:00～13:00
南区食生活改善展	10:00～13:00
・親子でチャレンジ「ラップでおにぎり」 (11:00から先着30人)	
・試食 (11:00から先着150人)	
手洗いチェック	10:00～12:00
おもちゃライブラリー・おもちゃクリニック	10:00～12:00
こころの健康コーナー	10:00～12:30
もの忘れや生活機能のチェック	10:00～12:30
健康情報コーナー	10:00～14:30
健康づくりグループの活動紹介コーナー	10:00～14:30
・男性料理サークル試食(11:00から先着100人)	
※詳しい内容は下記へお問い合わせください。	
詳細	健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

■南区体育館スポーツ教室のお知らせ

10月開講のスポーツ教室の受講生を募集しています。詳細は下記へ。

申込期限 9月15日(日)。

※電話または直接体育館へお申し込みください。多数時抽選となります。

詳細 南区体育館(川沿4条2丁目) ☎571-5171

■エスポーラーダ北海道～南区民応援デー～

札幌を本拠地とするフットサルクラブ「エスポーラーダ北海道」のホームゲームに、区内にお住まいの方20組40人(A自由席)をご招待します。

対象試合 エスポーラーダ北海道vs湘南ベルマーレ。

日 時 11/2(土) 13:00キックオフ (11:30開場)。

会 場 真駒内セキスイハイムアイスアリーナ
(真駒内公園1-1)。

申込方法 往復はがきに観戦希望者(2人1組)の代表者の住所・氏名・年齢・電話番号・宛先(返信はがき)を記入の上、下記郵送先までお送りください。1組につき1通のみ有効。応募多数の場合は抽選。結果などは、返信はがきでお知らせします。

申込期限 9/30(月) 当日消印有効。

郵送先 ☎060-0001 札幌市中央区北1条西4丁目2-2
札幌ノースプラザ6階
エスポーラーダ北海道 南区民応援デー係 ☎206-4285

詳 細 上記または地域振興課地域活動担当 ☎582-4723

※応募者の個人情報は、一般社団法人エスポーラーダ北海道スポーツクラブが適切に管理し、抽選および返信はがきの発送以外には利用されません。

■生ごみ堆肥化セミナー

家庭の生ごみを段ボール箱の中で堆肥化する方法を学びませんか。参加者全員に堆肥化セット(段ボール箱と生ごみ堆肥化基材)を無料で差し上げます。

日 時 9/24(火)10:00～11:30。

会 場 簾舞地区会館(簾舞3条6丁目8-25)。

定 員 50名(先着順)。

申込方法 下記のいずれかの方法で9/21(土)までに申し込み。

申込先 生ごみ堆肥化相談窓口

◇電話・ファクス兼用 621-5318 (10時～16時。日祝除く)。

◇Eメール kitagomi@alles.or.jp

※ファクスまたはEメールで申し込みの場合は、日時・会場名・住所・氏名・電話番号を記入。

詳 細 上記または環境局ごみ減量推進課 ☎211-2928

■キノコによる食中毒を防ぐために

- ・知らないキノコは「採らない」「食べない」「人にあげない」。
- ・誤った言い伝えを信じない。
- ・種類ごとに区別して持ち帰る。
- ・十分に加熱して食べる、食べ過ぎない。

詳 細 健康・子ども課生活衛生担当 ☎581-5213

※生活衛生担当には、キノコについての専門的知識のある職員はありません。ご了承ください。