

《無料》

月日	実施時間	会場
10月24日(木)	13時～15時30分	太平百合が原地区センター (太平12-2)
10月31日(木)		札幌市男女共同参画センター (札幌エルプラザ3階:北8西3)

●内容 足腰を鍛える体操、健康講話、脳ドリル、生活機能評価、健康相談を行います。いつまでも若々しく、元気で過ごせる体づくりをしましょう

●対象 介護予防、健康長寿に関心のある方（動きやすい服装で、飲み物をご持参ください）

※太平百合が原地区センターへお越しの方は、上靴を持参してください

■詳細 保健福祉課保健支援係

☎757-2465



北保健センターから

北保健センターのおすすめランチ

10月14日(祝)～20日(日) 11時～14時

札幌サンブラザレストラン (北24西5) 《900円(税込み)》

●メニュー 五目野菜の炒め煮、クラゲとキノコのサラダ、海鮮シューマイ、ご飯、スープ(野菜使用量135g、エネルギー684kcal)

■詳細 健康・子ども課健やか推進係

☎757-1181



胃がん・大腸がん検診(予約制)

①10月13日(日)、②25日(金) 9時～10時

北保健センター《胃がん700円/大腸がん400円》両方の受診可

●対象・定員 区内にお住まいで、検診を受ける機会のない40歳以上の方

●70歳以上の方、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入の方、生活保護世帯の方、市・道民税非課税世帯に属する方は費用が免除されますので、保険証や生活保護受給証明書、課税証明書などの証明できる書類をお持ちください

●検査日の1週間前までに、北保健センターに検査セットを取りにお越しください

●申込・詳細 ①10月4日(金)②18日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

広告

情報プラザ

10/11(金)▶11/10(日)

北区役所 ☎757-2400 (北24西6)

※北区役所の各課・係および各施設の所在地・電話番号は「きた8ページ」をご覧ください。



区役所からのお知らせ

百合が原紅葉祭り《無料》

10月19日(土) 12時～16時

10月20日(日) 10時～16時

百合が原公園リリートレイン駅舎(北区百合が原公園210)

紅葉の美しい百合が原公園で、北区の食や伝統文化などの魅力をパネルや写真で紹介します。子どもから大人まで楽しめる食育体験コーナーのほか、区内の大学生によるアカペラのミニコンサートも開催します。

※20日は、11時から亜麻そばやパンの提供あり(有料)。

なくなり次第終了。

※ミニコンサートは20日

11時から14時に開催

■詳細 市コールセンター

☎222-4894



女性文化講演《無料》

11月5日(火) 10時40分～12時 [受け付け・開場は10時20分から]
北区民センター3階区民ホール

●演題 「私の動物園」～最近の動物園は意外に面白いですよ～

●講師 見上雄一氏(円山動物園園長)

●申込・定員 当日直接会場へ・先着200人

※お車でのご来場はご遠慮ください

■詳細 北区連合町内会女性部連絡協議会事務局(地域振興課まちづくり推進係) ☎757-2407

一日合同行政相談《無料》

月日	実施時間	会場
10月22日(火)	13時～16時	イトーヨーカドー屯田店1階 (屯田8-3)
10月24日(木)		北区役所1階相談コーナー

秋の行政相談週間(10月21日(月)～27日(日))の一環として、国やその関係機関などに対する苦情や要望などの相談を、総務省行政相談委員がお受けします。

■詳細 総務企画課広聴係 ☎757-2503

