



子ども会育成連合会から

クリスマス会

12月1日(日) 9時40分～11時50分
北市民センター3階ホール《無料》

- 内容 北区子ども会リーダーのお兄さん、お姉さんたちと一緒に体を動かしたり、クリスマス工作をして楽しみます
- 対象 北区にお住まいの小学生(上靴と作った物を入れる袋を持参してください)
- 申込・詳細 11月18日(月)～22日(金)に市子ども会育成連合会北区支部事務局 ☎、FAX 736-5531



社会福祉協議会から

ボランティア展2013

12月7日(土) 10時～17時
札幌サンプラザ(北24西5)《無料》

- 内容 「手話や盲導犬などの体験」「手話コーラスや障がいのある方のダンス・太鼓演奏」「アンパンマンの折り紙貼り絵」「シュークリームや小物のバザー」など
- 申込 当日、直接会場へ
- 詳細 北区社会福祉協議会 ☎757-2482



子育て情報

父親教室

11月22日(金) 18時30分～20時30分[受け付けは18時から]
北保健センター2階講堂《無料》

- 内容 赤ちゃんの入浴・着せ替え体験や妊婦疑似体験
- 対象・定員 初めてお父さん・お母さんになる方・先着40組
- 申込・詳細 11月11日(月)～20日(水)に健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

子育て講座(グループ懇談) ※託児あり

11月26日(火)、27日(水) 10時～11時30分 北保健センター《無料》

- 内容 参加者同士で子育てのこと、自分のことなどおしゃべりしませんか
- 対象・定員 乳幼児を育てている保護者・先着10人
- 申込・詳細 11月11日(月)9時から健康・子ども課子育て支援係 ☎757-2566 ※1家庭につき年度1回のみ受講可

赤ちゃんといっしょ

12月4日(水) 13時30分～15時30分[受け付けは13時から]
北市民センター3階児童室《無料》

- 日ごろのお子さんの成長ぶりや子育てに関わる心配、悩み事などをお母さん同士や保健師と話し合います。また、母親教室に参加している妊婦さんたちとの交流もあります。
- 対象 生後1～3か月の初めてのお子さんとお母さん(参加は1回に限ります)
 - 申込 当日、直接会場へ
 - 詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

児童会館あかちゃんひろば《無料》

月日	時間	対象	会場
11月17日(日)	10時～11時30分	0～1歳	新琴似児童会館 (新琴似11-7) ☎761-7501
11月24日(日)			エルムの森児童会館 (北27西12) ☎737-3974
12月1日(日)			新川児童会館 (新川4-11) ☎764-3664
12月7日(土)		0～2歳	太平児童会館 (太平8-7) ☎771-6324
12月8日(日)		0～1歳	光陽児童会館 (新琴似6-12) ☎765-6141

- 内容 ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなど
- 申込・詳細 当日、直接会場へ(詳細も各会場へ)

住民集団健康診査

種類	対象	費用
健康診査	40～74歳の札幌市国民健康保険に加入の方	受診券に記載の自己負担額
	後期高齢者医療制度に加入の方	無料
	生活保護世帯で40歳以上の方 支援給付世帯で40歳以上の方	
肺がん検診	40歳以上の方	無料(医師の判断で喀痰検査を行った場合は400円)
緊急肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	無料

- 健康診査受診時には、受診券と健康保険証(生活保護世帯の方は生活保護受給証明書、支援給付世帯の方は本人確認書)を必ず持参してください
- 健康診査以外の検診には受診券は不要です。氏名、年齢、住所が確認できるものを持参してください
- 申込 当日、直接会場へ

月日	実施時間	会場
11月19日(火)	9時30分～11時	屯田地区センター(屯田5-6)
11月20日(水)		拓北・あいの里地区センター(あいの里1-6)
11月26日(火)		麻生地区会館(北39西5)
12月3日(火)	9時30分～11時30分	北区民センター(北25西6)
	13時30分～15時	

- 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)

11月22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 11月15日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181

げんきアップ教室

11月22日(金)、12月6日(金) 13時30分～15時30分《全2回》
北保健センター2階講堂《無料》

11月22日(金)	保健師からの講話 内臓脂肪測定 運動～効果的な歩き方とストレッチ～
12月6日(金)	管理栄養士からの講話 歯科衛生士からの講話 運動～筋トレとリズム体操～

- 対象 区内にお住まいの40～64歳で、運動に支障のない方(2回とも参加できる方限定)
- 定員 先着30人
- 申込・詳細 11月15日(金)までに健康・子ども課健やか推進係 ☎757-1181



北部市税事務所から

市税 夜間納税相談

11月14日(木)、21日(木)、28日(木)、12月5日(木) 17時15分～20時
中央区北4西5 アスティ45 9階

- 毎週木曜日(祝日を除く)に、夜間納税相談を行っています。ご利用ください。
- 詳細 北部市税事務所納税課納税係 ☎207-3913

