

西区からのお知らせ

《西区の人口数・世帯数》 ※平成25年11月1日現在。()内は前月比
 人口/211,359人(+91) 男 97,621人(+25) 女 113,738人(+66)
 世帯数/98,565世帯(+100)

西健康づくりセンターから

①年始特別開館

内容 運動フロア一般開放
 自由参加プログラム。

日時 1月3日(金)9時30分
 ～18時。

②高齢者のための筋トレ教室

内容 体力の維持・向上、日
 常の身体動作の改善を目的と
 した教室です。

日時 1月9日～3月27日の
 木曜。13時30分～15時。全12回。

対象 体力の低下が気になる方。

定員・費用 16人。7千100円。

③小学生の体づくり教室

内容 遊びの中でたくさん体
 を動かし、健康な体づくりを
 目指します。

日時 1月11日～2月1日の
 土曜。15時30分～16時30分。

全4回。

対象 小学1～3年生。

定員・費用 30人。2千800円。

④ナイトフィットネス11

内容 「肥満予防」体力維持・
 増進を目的とし、全身の筋力
 トレーニングを行います。

日時 1月11日～3月22日の
 土曜。19時15分～20時15分。

全11回。

対象 18歳以上の方。

定員・費用 33人。5千400円。

申込 ①不要。直接会場へ。

②④12月25日(水)、③12月

13日(金)までに、直接来館か、

はがきまたはEメール、ファ

クス(講座名、曜日、住所、
 氏名、振り仮名、年齢、性別、
 生年月日、電話番号を記入)で。
 ※②④は電話での受付も可。

申込先・詳細 西健康づくりセン
 ターTEL(618)8700、FAX(618)

8704、Eメール west-
 school@shcf.jp

第26回西区長杯 女性ソフトテニス大会

日時 1月26日(日)9時～17時
 会場 西区体育館。

対象・定員 西区在住の女性
 (高校生以下を除く)。50人。

費用 千円(弁当付き)。

申込 12月20日(金)～1月20

日(月)に電話で。多数時抽選

申込先 西区家庭婦人ソフト

テニス親睦会菊地孝子さん宅

TEL(664)7112

詳細 西区地域振興課TEL(641)

6926、西区家庭婦人ソフ
 トテニス親睦会湯村維津子さ
 ん宅TEL(641)0252

第40回西区新春囲碁大会

内容 有段者と級位者の部で、
 それぞれトーナメントで行い
 ます。入賞者への賞品および
 お楽しみ賞もあります。

日時 1月25日(土)9時30分

～16時30分。

会場 西区民センター3階。

種目・定員 ①有段者②級位

者。スイス方式(ハンディあり)。
 各32人。

費用 300円。
 申込 12月19日(木)～1月10
 日(金)(12月29日(日)～1月
 3日(金)を除く)10時～17時
 に直接来館か電話で。先着順。
 申込先・詳細 西区民センターTEL
 (641)4791

西野地区センターから



▽新春書き初め展示会

〈作品募集〉
 対象 西町、西野、昭和、山の手
 連合町内会区域の小・中学生。

作品規格 縦80センチ×横25センチ以内。

申込 12月25日(水)～1月7

日(火)(12月29日(日)～1月

3日(金)を除く)に所定の申

込用紙に必要事項を記入の上、

作品と一緒に窓口へ提出。

〈展示会・表彰式〉

展示期間 1月10日(金)～16

日(木)9時～21時(最終日は

15時まで)。

表彰式 1月18日(土)10時。

※金・銀・銅の入賞者には電話

でお知らせします。入賞者には

賞状と図書カード、その他の

方には参加賞を差し上げます。

申込先・詳細 西野地区センター
 TEL(666)5550

はつさむ地区センターから

▽新春書き初め展示会

〈作品募集〉
 対象 発寒、発寒北地区の
 小・中学生。

作品規格 半紙、画仙紙ほか。

申込 12月24日(火)～1月7

日(火)(12月29日(日)～1月

3日(金)を除く)に所定の申

込用紙に必要事項を記入の上、

作品と一緒に窓口へ提出。

※作品は1人1点とします。出

品票、申込用紙は窓口にて配布。

〈展示会・表彰式〉

展示期間 1月15日(水)～23

日(木)9時～21時。

表彰式 1月25日(土)10時。

※入賞者には地区センターか

ら通知いたします。入賞者には

賞状と記念品、その他の方

には参加賞を差し上げます。

申込先・詳細 はつさむ地区セン

ターTEL(662)8411

はちけん地区センターから



▽餅つきと音あそびの会

日時 1月11日(土)10時～15時。

費用 無料。

申込 不要。直接会場へ。

詳細 はちけん地区センター
 TEL(611)0966

広告