



区役所・区民センター・保健センターの駐車場は大変混み合いますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

南区役所

代表 ☎(582) 24000

■胃がん・大腸がん検診

検診日 1月24日(金)。

受付 8時45分～10時。

会場 南保健センター。

対象 40歳以上で、職場などで受診していない方。

費用 胃がん検診は700円、大腸がん検診は400円。ただし、70歳以上の方、後期高齢者医療制度にご加入の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料。※それぞれ証明できるものが必要。

申込方法 事前に左記へ予約(電話可)。

申込・詳細 健康・子ども課

健やか推進係 ☎(581) 5211

■スノーシュー(西洋かんじき)ウォーキング大会

真駒内公園をスノーシューでウォーキングして、冬の運動不足を解消しませんか。寒さに負けず外で体を動かしましょう！約2キロと25キロの2コースから選択できます。

※スノーシューは無料で貸し出します。初心者の方には使い方を説明します。

日時 2月3日(月)10時～12時。

集合場所 真駒内屋外競技場

入口(真駒内公園3)。

対象 区内にお住まいの方。

定員・費用 30人。無料。

申込方法 1月14日(火)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課

健やか推進係 ☎(581) 5211



■育児教室「すくすく子育てミートイニング」

お子さんを託児してリフレッシュしませんか。育児やしつけの悩みを臨床心理士の先生や仲間気軽に話しましょう！

日時 1月20日(月)9時30分～11時。

会場 南保健センター。

対象 3歳～就学前のお子さんのいる母親(託児あり)。

定員・費用 15人。無料。

申込方法 1月6日(月)から電話で左記へ(先着順)。

申込・詳細 健康・子ども課

健やか推進係 ☎(581) 5211

■子育て講座(テーマ別)

▽「どうしてる?トイレトレーニング」(チャレンジ編)

日時 2月14日(金)10時～11時30分。

会場 南保健センター。

対象 0歳～就学前のお子さんを育てている保護者(託児あり)。

定員・費用 20人。無料。

申込方法 1月27日(月)から電話で左記へ(先着順)。

※テーマ別講座は、年1回の受講でお願いします。

申込・詳細 健康・子ども課

子育て支援係 ☎(588) 5411

■子育て支援者講演会・演奏会

恵庭市恵み野で花のまちづくりを実践している内倉真裕美氏による講演会と、チェロ奏者の土田英順氏による東日本大震災復興支援チャリティコンサートを行います。

演題 「子育て・子育て・自分育て〜音楽と共に〜」。

日時 1月28日(火)14時～16時。

会場 南区民センター。

対象 区内にお住まいの方(先着30人まで託児あり)。

定員・費用 100人。無料。

申込方法 1月6日(月)から電話で左記へ(先着順)。

※就学前のお子さんの入場はご遠慮願います。

申込・詳細 健康・子ども課

子育て支援係 ☎(588) 5411

南区社会福祉協議会

☎(582) 2415

■シニア世代のためのボランティア入門研修(札幌市介護サポーター研修)

ボランティア活動を通して、健康維持や仲間づくりをしませんか。研修後には、札幌市介護サポーターとして登録・活動することができます。

日時 2月7日(金)13時～16時。

会場 南老人福祉センター(石山78)。

対象 区内にお住まいの65歳以上の方(要介護1～5の認定を受けている方を除く)。

定員・費用 30人。無料。

持ち物 介護保険被保険者証。

申込方法 1月14日(火)から電話で、南区社会福祉協議会へ(先着順)。

南区民センター

☎(584) 21000

■ニューイヤークンサート

「HBC少年少女合唱団」によるコンサートです。

日時 1月26日(日)14時～15時15分(開場13時30分)。

費用 無料。

申込方法 当日直接南区民センターへ。



広告