

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
- ⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
- ⑦ 返信先(往復はがきの場合) ※申し込みは1人(1組)1通です

健康づくりセンター

※運動に関する講座は、別途施設利用料が必要

■中央健康づくりセンター 〒060-0063 中央区南3西11 ☎562-8700 FAX 562-2130 E central-school@shsf.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
女性のフレッシュ健診	健康診断(血液検査など)と骨粗しょう症検診の同時受診	1/20(火)、27(火)、2/3(火)、10(火)8時30分～12時	市内に居住か通勤する18歳～39歳の女性各日30人。2,000円	1/15(木)から中央健康づくりセンターへ☎。(先着)1/13(火)からHPでも受け付け
体力測定	体力測定などを行い、個別に運動計画を作成	1/25(日)9時～11時	18歳以上の方5人。2,500円	1/13(火)から中央健康づくりセンターへ☎。(先着)
お父さんのナイトフィットネス	働き盛りの方の体力維持や肥満予防を目的としたフィットネス	2/14～3/28の土曜18時～19時(3/21を除く)、2/19～3/26の木曜19時15分～20時15分、2/20～3/27の金曜19時15分～20時15分。いずれも全6回	20歳以上の方各17人。3,030円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、1/28(木)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
アロマ de リラクゼーション	アロマで癒やされながらストレッチを行い、体をリフレッシュ	2/18～3/18の水曜18時30分～19時45分。全5回	20歳以上の女性15人。2,880円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、2/4(火)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)

産業振興センター

〒003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3033 FAX 820-3220

行事名	内容
中小企業経営セミナー(要確認)	要確認 有料。申し込みは1/13(火)から☎820-3122、FAX、直接。(先着)HP。問い合わせは☎820-3122 ①海外市場開拓セミナー=3/5(木) ②創業塾(手続・許可可)=3/7(土) ③海外ビジネスへのアプローチ=3/12(木) ④創業塾(資金計画)=3/14(土) ⑤フレッシュマンセミナー 2日間=3/24(火)・25(水)

△北海道グループキャンプ
 中。タワールホテル日航札幌で発売
 ￥1万円。チケットはJR札幌(中央北5西2)。100人。
 所定JRタワーホテル日航札幌(2月23日)19時～21時30分。
 所定JRタワーホテル日航札幌(2月23日)19時～21時30分。

△無料のジャズライブ。
 1月16日(金)18時30分～19時。所駅前地下北3条広場。
 △ザ・ジャズ・キューブ▽
 2月14日(土)18時。所ジャズと立体的な空間演出。
 所教育文化会館(14階)。定額100人。4千円。前売り3千500円。チケットは市内プレイガイドなどで発売中。
 △摩天楼音食倶楽部▽
 2月23日(月)19時～21時30分。所定JRタワーホテル日航札幌(2月23日)19時～21時30分。

サッポロ・シティ・ジャズ
 △サッポロサウンドスクエア▽
 1月23日(金)13時～14時。所問保養センター駒岡(南区真駒内600)☎(583)8553
 サックス・ギターコンサート
 1月23日(金)13時～14時。所問保養センター駒岡(南区真駒内600)☎(583)8553
 出演工藤拓人(ピアノ)、古館賢治(ギター)。
 1月18日(日)15時～16時。所問モエレ沼公園(東区モエレ沼公園)☎(790)1231、HP



趣味・教養

市民芸術祭
 △市民吹奏楽祭▽
 1月24日(土)10時15分。所教育文化会館(14階)。¥千円。前売り800円。
 △市民写真展▽
 展示 2月7日(土)～15日(日)(9日(月)を除く)、講評会 15日(日)13時。

市民ロビーコンサート
 出演國澤秀麿(箏)、國澤秀一(三絃)。
 1月23日(金)12時25分～12時45分。市役所ロビー。問市民文化課☎(21)2261
 市民ロビーコンサート
 出演國澤秀麿(箏)、國澤秀一(三絃)。
 1月23日(金)12時25分～12時45分。市役所ロビー。問市民文化課☎(21)2261

市教育文化会館
 △北海道交響楽団演奏会▽
 1月25日(日)19時。所Kittara(15階)。
 ￥千500円～2千円。高校生以下千円。前売り千円～千500円。高校生以下700円。
 △松浦弥奈子ピアノリサイタル▽
 2月5日(木)19時。所Kittara。
 ￥3千円。25歳以下千円。前売り2千500円。
 ※チケットは市内プレイガイドなどで発売中。
 問同実行委員会(教育文化会館内)☎(271)5822

笠井誠一展

札幌出身の画家笠井誠一氏の初期の風景画から近作まで約90点を展示します。

1/25(日)～3/29(日)。
 ￥700円。高校生・大学生350円、小中学生150円。
 <アーティストトーク>
 笠井誠一氏が作品を解説。
 1/25(日)10時30分～11時10分。
 所問芸術の森美術館(南区芸術の森2)☎591-0090

演劇シーズン・冬
 1月17日(土)～2月14日(土)の期間中、札幌で生まれた演劇の名作を連日上演。詳細は区役所などで配布中のパンフレットかHPをご覧ください。
 所シアターZOO(中央区南11西1ファミール中島公園内)か。3千円。学生千500円。チケットは市内プレイガイド

市民劇場
 △北海道交響楽団演奏会▽
 1月25日(日)19時。所Kittara(15階)。
 ￥千500円～2千円。高校生以下千円。前売り千円～千500円。高校生以下700円。
 △松浦弥奈子ピアノリサイタル▽
 2月5日(木)19時。所Kittara。
 ￥3千円。25歳以下千円。前売り2千500円。
 ※チケットは市内プレイガイドなどで発売中。
 問同実行委員会(教育文化会館内)☎(271)5822

クーポン