

8月

札幌市からの お知らせ

ホームページ www.city.sapporo.jp/somu/koho-shi

申し込み時の必要事項

- ① 行事名(希望する日時・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

- ・19「趣味・教養」以降のお知らせのうち、費用、申し込み方法の記載がない場合は、それぞれ無料、当日会場へ行く催しです
- ・「主な施設」のお知らせの費用は入館料を含んでいます
- ・申し込みの開始時間は各問い合わせ先に確認してください
- ・施設や催しの中には、高齢者や障がい者などの料金が割引になる場合もあります

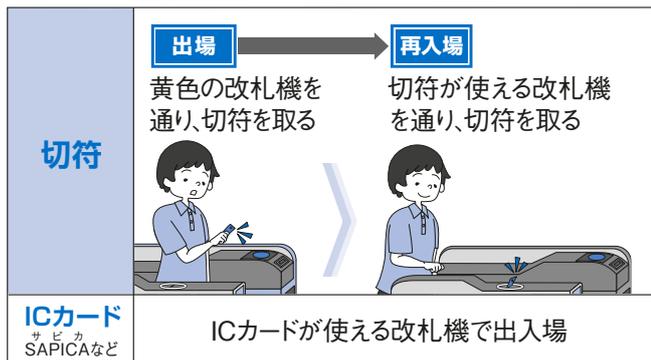
今月の 話題 TOPICS

9/1(金)から地下鉄さっぽろ駅での乗換方法が変わります

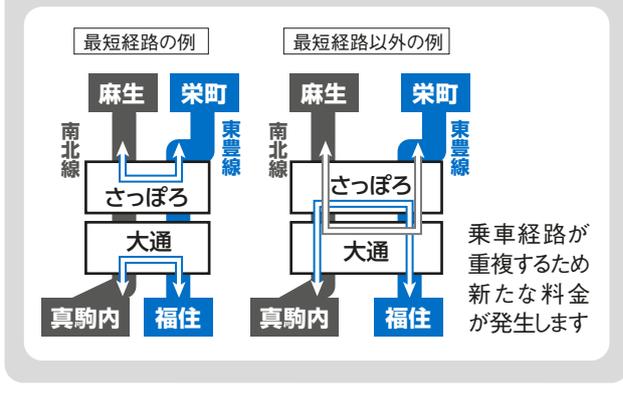
地下鉄さっぽろ駅の南北線と東豊線を結ぶ連絡通路の柵を撤去するため、JR札幌駅側と地下歩行空間の間の通行が便利になります。これに伴い、9月から乗り換えの際も改札を通る方法が変わりますので、ご注意ください。

問い合わせ 事業推進担当 ☎896-2706、HP

乗り換える場合も一度出場し、30分以内に再入場



最短経路の乗り換えを!



主な施設

青少年科学館 〒004-0051 厚別区厚別中央1の5 ☎892-5001 FAX 894-5445

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
市天文台 夜間公開	口径20cmの望遠鏡で夏の星座を観望	8/11(祝)、12(土)、13(日)、25(金)、26(土)、27(日) 20時～22時	無料	当日直接会場へ。会場は市天文台(中央区中島公園内)。悪天時は天文に関する質疑応答を実施。当日19時以降、市天文台 ☎511-9624に確認。問い合わせは ☎892-5004
イブニング プラネタリウム	星空解説とプラネタリウム番組の上映	8/19(土)19時～20時	200人。500円。中学生以下無料	当日9時から観覧券を発売。16時30分にいったん発売を終了し、18時30分に再開。問い合わせは ☎892-5004
天体観望会	①夏の星座②月、夏から秋の星座	①は8/19(土)、②は9/9(土)20時～21時30分	無料	当日直接会場へ。悪天時は中止。当日19時以降、☎892-5004に確認。問い合わせは ☎892-5004
初めての 天体写真講座	簡単な天体写真の撮り方を紹介	9/8(金)・22(金)・10/6(金)・20(金)19時～21時。全4回	デジタル一眼レフカメラを持参できる18歳以上(高校生を除く)の方15人。3,000円	往復はがき、FAX、E。上記必要事項とカメラの機種名を記入し、8/29(火)(必着)までに青少年科学館(Eastroevent@ssc.slp.or.jp)へ。(抽選)。空きがある場合、翌日から ☎892-5004で受け付け。問い合わせは ☎892-5004
プラネタリウム 夜間特別投影	太陽系の天体に生命が存在する可能性を解説	9/9(土)19時～20時	15歳以上(中学生を除く)の方200人。500円	往復はがき、FAX、E。上記必要事項と参加人数を記入し、8/25(金)(必着)までに青少年科学館(Eastropla@ssc.slp.or.jp)へ。(抽選)。空きがある場合、翌日から ☎892-5004で受け付け。問い合わせは ☎892-5004

☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール HP = ホームページ(10ページ)に詳しい内容を掲載しているもの

📍 = 直接会場 = 当日直接参加するもの 要申込 = 申し込みを要するもの 子ども = 子ども向けの催し

📄 = 要確認 = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの

お知ら
せ

🔍 前ページからの続き

■青少年科学館

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
サイエンジャー 科学教室	水に溶けるものと溶けないものの違いを学ぶ	9/16(土) ①10時～11時、②13時30分～14時30分	①は小学1年～3年20人、 ②は小学4年以上の方20人。無料	FAX、E、直接。右ページ必要事項を記入し、8/24(木)までに青少年科学館(E:tenji@ssc.slp.or.jp)へ。(抽選)。空きがある場合、翌日から電話で受け付け
移動天文台	移動天文車と指導員の派遣による星の観望会	11/1(水)～21(火)19時～20時30分	30人～120人の団体。無料	9/1(金)9時から青少年科学館へ☎892-5004の上、申込書を提出。問い合わせは☎892-5004
科学館の 工作室 子ども	①帽子型の星座早見盤 ②ハンドルを回すとハムスターが走る工作	8/27(日)10時50分～11時35分、13時10分～13時55分、14時20分～15時5分	はさみができる中学生以下の方各12人。①は200円、②は300円	当日9時から青少年科学館で配布する整理券が必要。(先着)
プログラミング 教室 子ども	レゴブロックで作った車を電子回路を使って走らせる	9/2(土)13時～16時	小学4年～中学3年40人。無料。同伴の保護者は700円	FAX、E、直接。右ページ必要事項を記入し、8/18(金)までに青少年科学館(E:tenji@ssc.slp.or.jp)へ。(抽選)。空きがある場合、翌日から電話で受け付け

若者支援総合センター・若者活動センター

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
(総合センター) 働く一歩 応援セミナー	就職活動に不安を抱える方へ支援内容を紹介	①8/25(金)、②9/5(火)。いずれも14時～15時	15歳～39歳の方と家族。無料	当日直接会場へ。会場は①は南区民センター(南区真駒内幸町2)、②はアカシア若者活動センター(東区北22東1)。問い合わせは☎223-4421
(宮の沢) 若者活動 センター祭	<p>内容 ステージ発表、射的や昔遊び、屋台など</p> <p>日時 8/26(土)11時～20時、27(日)11時～15時</p> <p>費用 一部有料の催しあり</p> <p>申込・備考 当日直接会場へ。会場はちえりあ(12ページ) 問い合わせは☎671-4111</p>			 <p>注目!!</p>

札幌コンサートホール[Kitara]

〒064-8649 中央区中島公園内 ☎520-2000 FAX 520-1575

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
専属オルガニスト リサイタル	ダヴィデ・マリアーノ氏によるさよなら公演	8/19(土)14時	小学生以上の方1,780人。2,000円、25歳以下500円	チケットはKitaraチケットセンターで発売中。問い合わせは☎520-1234

教育文化会館

〒060-0001 中央区北1西13 ☎271-5822 FAX 271-1916

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
コミュニティダンス ワークショップ	参加型のダンスを創作して、来年2月に発表公演を行う	8/29(火)～9/3(日)。平日は18時30分、土・日曜、祝日は13時30分。全6回	中学生以上の方20人。1,000円	8/20(日)までに教育文化会館へ☎。(抽選)
伝統芸能創生 プロジェクト・祝	金剛流能楽師による「松風」を上演	11/8(水)19時	1,100人。4,000円。22歳以下2,000円	チケットは8/10(木)から市内プレイガイド(22歳以下は教文プレイガイドのみ)で発売
野村万作萬斎 狂言会	「奈須与市語」、「悪太郎」ほか	11/9(木)18時30分	1,100人。6,000円。22歳以下3,000円	
オペラ・不思議 の国のアリス	ルイス・キャロルの名作を上演	11/23(祝)14時、18時30分、24(金)18時30分	各回314人。4,000円～5,000円。4歳以下3,500円～4,000円	チケットは8/1(火)から市内プレイガイドで発売

彫刻美術館

〒064-0954 中央区宮の森4の12 ☎642-5709 FAX 616-0900

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
ナイト ミュージアム	開館時間を19時まで延長し、コンサートを行う	8/26(土)10時～19時。コンサートは17時～18時	500円	当日直接会場へ

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

生涯学習総合センター [ちえりあ] 〒063-0051 西区宮の沢1の1

■生涯学習センター ☎671-2200 FAX 671-2233

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
ロビーコンサート	① Ezolaによるリコーダー四重奏 ② masa-yanによるギターの弾き語り	①は8/12(土)、②は9/9(土)。いずれも12時30分～13時	無料	当日直接会場へ
CDコンサート	ビオラの小品集	8/15(火)14時～15時20分	50人。無料	当日会場へ直接。(先着)。問い合わせは☎671-2121
ノスタルジックトショシツ	図書コーナーの明かりを落とし、ジャズなどを流す	8/18(金)、26(土)、27(日)19時～21時45分	無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎671-2121
ちえりあフェスティバル	移動プラネタリウム、屋台など	8/26(土)、27(日)10時～16時	一部定員あり(先着順)。有料の催しあり	当日直接会場へ
元気シアターの集い	アルツハイマーに関する講演、邦画「人生、いろいろ」を上映	8/27(日)13時～17時	200人。無料	当日会場へ直接。(先着)。問い合わせは☎671-2121
カメラボランティア活動展	市民カレッジの講座修了生による写真展	9/1(金)～7(木)	無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎671-2311
オペラシアター	講師の解説付きで、オペラ「ファウスト」を上映	9/22(金)13時～16時45分	400人。1,100円	はがき、FAX、HP。上欄必要事項を記入し、8/25(金)(必着)までに生涯学習センター(FAX671-2334)へ。(抽選)。問い合わせは☎671-2311
朝活講座	新聞とインターネットで現代を読み解く	10/17(火)・24(火)・31(火)7時～8時。全3回	20人。3,000円	はがき、FAX、HP。上欄必要事項を記入し、8/25(金)(必着)までに生涯学習センター(FAX671-2334)へ。(抽選)。会場はSHIYACAFÉ(中央区大通西4)。問い合わせは☎671-2311
市民カレッジ (要確認)	①北海道地図から読み解く3偉人=10/4(木)開講全4回 ②知りたい!子ども食堂=10/5(木)開講全3回 ③木田金次郎としりべしの画家たち=10/5(木)開講全4回 ④市内の火山を探る=10/6(金)開講全2回 ⑤初めての福祉施設見学ツアー=10/7(土) ⑥フリーランスのための税務入門=10/12(木)開講全3回 ⑦さっぽろのまちと動物園学=10/16(月)開講全2回 ⑧食生活を改善して介護予防=10/16(月)開講全3回 ⑨今すぐ使える!発想力=10/16(月)開講全6回 ⑩話し合いの成果を出す記録=10/18(水)開講全4回			①～⑩有料。申し込みは8/25(金)までにはがきを送付か、FAX671-2334、HP。(抽選)。問い合わせは☎671-2311
大通高校生と共に学ぶ講座 (要確認)	①仕事に役立つ片付けとモノの管理術=10/11(水)開講全5回 ②感じるデッサン=10/11(水)開講全7回 ③街なかで触れるアイヌ文化=10/11(水)開講全7回 ④基礎から学ぶ手話=10/11(水)開講全15回 ⑤仕事に使えるワード活用術=10/13(金)開講全7回 ⑥世代を超えてみんなで歌おう=10/13(金)開講全15回 ⑦今日からはじめる太極拳=10/13(金)開講全15回 ⑧点字入門=10/13(金)開講全15回			①～⑧有料。申し込みは8/25(金)までにはがきを送付か、FAX671-2334、HP。(抽選)。会場は大通高校(中央区北2西11)。問い合わせは☎671-2311

■リサイクルプラザ宮の沢 ☎671-4153 FAX 671-4156

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
市民交流広場	常設コーナー	おもちゃの修理、洋服の交換会、エコクイズ、エコ商品販売など	8/24(木)～27(日)、29(火)、30(水)10時～18時。おもちゃの修理と最終日は15時30分まで	無料 当日直接会場へ
	エコ教室	①包丁研ぎ②段ボール式生ごみ堆肥化③木のスプーン④結束バンドでコースター	①は8/24(木)、27(日)、②は8/25(金)、③は29(火)、④は30(水)。いずれも10時30分～12時、13時30分～15時	各回5人。200円 8/11(祝)10時からリサイクルプラザ宮の沢へ。(先着)
出張講座	包丁の研ぎ方	①9/1(金)、②8(金)、③15(金)。いずれも9時30分～11時30分	各10人。200円	8/11(祝)10時からリサイクルプラザ宮の沢へ。(先着)。会場は①は豊平区民センター(豊平区平岸6の10)、②は東区民センター(東区北11東7)、③は清田区民センター(清田区清田1の2)
リフォーム教室	①古布でぞうり ②古布でポーチ ③結束バンドでカゴ	①は9/3(日)、②は6(水)、③は10(日)。いずれも13時～16時	各回10人。①は300円、②③は200円	8/20(日)までにリサイクルプラザ宮の沢へ。(抽選)

■幼児教育センター ☎671-3454 FAX 671-3247

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
新就学児の就学相談	特別支援学級などへの就学に関する相談	9/1(金)～11/30(木)	来春就学する子の保護者。無料	随時幼児教育センターへ☎で予約の上、直接
にこにこフェスティバル 子ども	幼稚園、認定こども園で行う遊びの体験など	8/26(土)10時～13時	未就園児と保護者。無料	当日直接会場へ。会場は大通高校・中央幼稚園(中央区北2西11)

☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール HP = ホームページ(10ページ)に詳しい内容を掲載しているもの

📍直接会場 = 当日直接参加するもの 📄要申込 = 申し込みを要するもの 👶子ども = 子ども向けの催し

🔍要確認 = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの

お知ら
せ

エルプラザ内公共施設 〒060-0808 北区北8西3エルプラザ内

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
エルプラまつり	利用団体による活動発表展、ステージ発表など	9/9(土)10時～15時	有料の催しあり	当日直接会場へ
臨時休館	保守点検などのため、8/15(火)は終日入館できません。問い合わせは☎728-1222			

■情報センター ☎728-1223 FAX 728-1230

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
エルプラシネマ	邦画「海の素敵な仲間たち」を上映	8/22(火)14時30分～15時30分、18時30分～19時30分	各30人。無料	当日会場へ直接。(先着)
親子でシネマ 子ども	邦画「もうひとつのどうぶつえん」の上映と工作	8/26(土)11時～12時	2歳以上の子と保護者15組30人。無料	☎、直接。8/11(祝)9時から情報センターへ。(先着)

■男女共同参画センター ☎728-1222 FAX 728-1229

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
講演・N女の研究	NPOで働く女性・N女を描いた本の作者による講演、札幌で働くN女によるパネルディスカッション	8/31(木)19時～21時	30人。1,000円	☎、E、直接。上欄必要事項を記入し、8/11(祝)8時45分から(☎728-1255、E jigyou@danjyo.sl-plaza.jp)へ。(先着)。託児(5カ月～未就学児、先着10人)は同時に申し込み。問い合わせは☎728-1255
無料調停相談会	裁判所の調停委員に家庭の問題などを相談	9/12(火)10時～16時	無料	当日直接会場へ

■消費者センター ☎728-3131 FAX 728-8301 Ekoza@sapporo-shohisha.or.jp ※消費生活の相談専用☎188

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
食品ロスモニターを募集	廃棄した食品の名称・理由などを記録して、重さを測定。謝礼あり	9/1(金)～30(土)	8/29(火)10時～12時か13時30分～15時30分に開催する説明会に参加できる方で20歳～39歳15人、40歳代15人、50歳代15人、60歳以上の方15人	はがき、FAX、E。上欄必要事項を記入し、8/20(日)(消印有効)までに消費者協会(〒060-0808北区北8西3、FAX728-8301)へ。(抽選)。問い合わせは☎728-8300
地産地消応援セミナー	秋サケとホタテに昆布だしを加えた特製ソースを作り、食材の特徴を学ぶ	9/9(土)10時～11時30分、13時～14時30分	各36人。無料	☎、FAX。上欄必要事項を記入し、8/14(月)8時45分から消費者協会(☎728-8300、FAX728-8301)へ。(先着)。問い合わせは☎728-8300
これであなたもブチ水はかせ	軟水、硬水を飲み比べて違いを学ぶ	9/9(土)10時～12時	無料	当日直接会場へ
さっぽろとれたてっこ料理講座	札幌産の農畜産物を使った料理を作る	9/15(金)10時～12時、13時30分～15時30分	各36人。無料	☎、FAX。上欄必要事項を記入し、8/17(木)8時45分から消費者協会(☎728-8300、FAX728-8301)へ。(先着)。問い合わせは☎728-8300

■市民活動サポートセンター ☎728-5888 FAX 728-7280 Eshimin-1@shimin.sl-plaza.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
NPO法人設立講座	NPO法人の概要、設立の手続きなどを学ぶ	9/1(金)19時～21時	20人。800円	☎、FAX、E、直接。上欄必要事項を記入し、8/11(祝)8時45分から市民活動サポートセンターへ。(先着)
NPOマネジメン講座	チラシ、キャッチコピーなどの作り方を学ぶ	9/12(火)・13(水)19時～21時。全2回	市民活動に取り組む団体・個人20人。1,600円	

■環境プラザ ☎728-1667 FAX 728-1400

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
葉っぱ図鑑をつくろう 子ども	押し葉を生かして絵を描き、図鑑を作る	8/12(土)、26(土)10時～15時	小学生。無料	当日直接会場へ

広告



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

芸術の森

〒005-0864 南区芸術の森2 ☎592-5111 FAX 592-4120 E craft@artpark.or.jp

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
アートマーケット	① 工芸、絵画などの手作り作品の展示、販売 ② 出店者募集	①は8/13(日)、9/3(日)、 ②は17(日)。いずれも 10時～16時	①は無料、②は2,000円～ 4,000円	①は当日直接会場へ。会場は芸術の森美術館前広 場ほか、②は区役所、HPなどで配布中のチラシを確 認の上、9/3(日)まで。問い合わせは☎633-6388
ワークショップ 光の箱	工作キットで光が乱反 射する箱を制作	9/3～10/29の日曜、 祝日10時30分～12 時、13時30分～15 時	小学生以上の方各回5人。 小学3年以下の方は保護者 同伴。1,000円	☎、FAX。上欄必要事項を記入し、8/16(木)9時45分 から芸術の森(☎591-0090、FAX591-0099)へ。 (先着)。会場は芸術の森美術館。問い合わせは ☎591-0090
モノタイプ孔版 講座	版に直接絵を描き、紙に 刷り取る版画を制作	9/8(金)、9(土)10時30 分～16時30分	小学生以上の方各10人。 小学3年以下の方は保護者 同伴。2,000円	往復はがき、E。上欄必要事項を記入し、8/21(月) (必着)までに芸術の森へ。(抽選)。会場は版画工房。 問い合わせは☎592-4122
木版画 特別講座	版画家に彫らない木版 画と木版凹版を習う	9/16(土)・17(日)・18(祝) 10時30分～16時 30分。全3回	中学生以上の方20人。 15,000円	
工芸教室 (要確認)	※教室の案内の 送付を希望する 方は、随時芸術 の森クラフト工房 ☎592-4122へ	①～⑦⑩～⑱は8/18(金)9時45分から☎592-4122へ。(先着)、⑧⑨は往復はがき、E。上欄必要事項を記入し、 8/21(月)までに芸術の森へ。(抽選)、⑲は当日会場へ直接。(先着)。問い合わせは☎592-4122 【陶芸】①初めての電動ろくろ=9/2(土)、3(日) ②マイ土鍋=9/9(土) ③一人でろくろ=9/16(土)、17(日) ④豆皿=9/23(祝) ⑤カボチャの照明=9/24(日) 【染織】⑥初めての紡毛・2日間=9/9(土)・10(日) ⑦草木染め・紫根でストール=9/17(日) ⑧二重織でバッグ・2日間=9/23(祝)・24(日) ⑨フェルトで帽子=9/30(土) 【七宝・ガラス・金工】⑩ミルフィオリのアクセサリ=9/2(土) ⑪七宝焼でクマのブローチ=9/3(日) ⑫有線七宝の額絵・3日間=9/9(土)・23(祝)・30(土) ⑬七宝焼自由制作=9/10(日)、24(日) ⑭銅のトレイ=9/16(土) ⑮スタンドグラス・アクセサリ=9/17(日) ⑯サンドブラスト持ち込みガラス=9/18(祝) 【木工】⑰自由制作=9/5(火)、14(木)、30(土) ⑱フリーラック=9/17(日) ⑲寄木のストラップ=9/23(祝)		

円山動物園

〒064-0959 中央区宮ヶ丘3 ☎621-1426 FAX 621-1428

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
ZOOガーデン	軽食やソフトドリンク、ビ ールを販売	9/3(日)まで	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ。会場は西門広場
展示・生物多 様性と昆虫たち	美しい虫の標本	8/11(祝)～19(土)	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ。会場はエゾシカ・オオカミ舎
夜の動物園の 森散策	普段は入れない動物園 の森を散策	8/11(祝)19時、19時 15分、19時30分、19 時45分、20時	各20人。入園料600円。 中学生以下無料	当日17時から動物園センターで配布する整理券が 必要。(先着)。会場は動物園の森
移動天文台で 空を見てみよう	指導員と一緒に夏の夜 空を観察	8/11(祝)19時30分、 20時、20時30分	各40人。入園料600円。 中学生以下無料	当日18時30分から正門で配布する整理券が必要。 (先着)
夜の動物園	開園時間を21時まで延 長	8/11(祝)～13(日)、18(金)、 19(土)。入園は20時まで	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ
音楽ライブ	①市内で活躍するアイ ドル、歌手 ②ジャズ	①は8/12(土)、13(日)17 時～19時、②は19(土) 17時～17時45分、19 時30分～20時15分	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ。会場は情報ホール
ガールスカウト ZOOナイト	自然素材を使った工作 会、キャンプ体験など	8/12(土)17時～20時 30分	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ。会場は第1レストハウス前
夜のチリモン 観察会	チリモンジャコに含まれる 生き物を観察	8/12(土)18時～19時 10分	小学4年以上の方25人。 入園料600円。中学生以 下無料	当日17時30分から動物園センターで配布する整理 券が必要。(先着)。会場は動物園プラザ
動物 クイズラリー	園内各所でクイズに答 えた方に飲み物を進呈	8/19(土)	入園料600円。中学生以 下無料	当日直接会場へ。会場は園内各所
市民公開講座・ 科学する動物園	北海道大学と動物園の 連携の展望を解説	8/25(金)16時15分～ 18時15分	100人。無料	☎、HP。8/11(祝)8時から市コールセンター☎222- 4894へ。(先着)。会場は北海道大学獣医学部講堂 (北区北18西9)
夜の動物園 プレミアムツアー	職員と園内を巡り、夜の 動物の生態を観察する。 ①親子、②一般	9/1(金)、2(土)、8(金)、9(土) 18時30分～21時	①は中学生以下の子を含む 5人以内の親子各日45人、 ②は各日45人。入園料600 円。中学生以下無料	8/18(金)までに市コールセンター☎222-4894へ。 (抽選)
市民動物園 会議委員募集	動物園の運営方針を審 議する委員を募集。謝 礼あり	10/1(日)から2年間	年4回程度の会議に出席 できる18歳以上(高校生 を除く)の方若干名	8/1(火)から円山動物園、区役所、HPなどで配布する 応募用紙を、8/31(木)(必着)まで。選考あり

☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール HP = ホームページ(10ページ)に詳しい内容を掲載しているもの

☑ = 直接会場 = 当日直接参加するもの 要申込 = 申し込みを要するもの 子ども = 子ども向けの催し

要確認 = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの

お知らせ
の見方

緑のセンター

※百合が原公園緑のセンターは改修工事のため休館中

■豊平公園緑のセンター 〒062-0905 豊平区豊平5の13 ☎811-6568 FAX 811-7338 ※緑の相談専用☎811-9370

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
園芸教室	①秋の庭仕事②堆肥作り③鉢花・草花・球根類の秋管理	①は8/20(日)、②は9/12(火)、③は9/13(水)。いずれも13時30分～15時30分	各50人。無料	8/11(祝)8時45分から豊平公園緑のセンター☎811-6568へ。(先着)
クラブ講習会	アケビとヘリクリサムの平かご	8/30(水)10時～12時	20人。2,300円	
展示会	サボテンと多肉植物	9/5(火)～10(日)	無料	当日直接会場へ
やさしい宿根草講座	秋の見せ方と春の準備	9/9(土)13時30分～15時30分	30人。100円	8/11(祝)8時45分から豊平公園緑のセンター☎811-6568へ。(先着)

■百合が原公園管理事務所 〒002-8082 北区百合が原公園210 ☎772-4722 FAX 772-4741

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
講習会	ボランティア説明会	8/24(木)、9/12(火)10時30分～11時30分	各10人。無料	8/11(祝)8時45分から百合が原公園管理事務所へ☎。(先着)
イベント	ボランティアガイドが園内の見どころを案内	8/26(土)、9/2(土)、9(日)13時～14時30分	無料	当日直接会場へ

■平岡樹芸センター 〒004-0874 清田区平岡4の3 ☎883-2891 FAX 883-2892

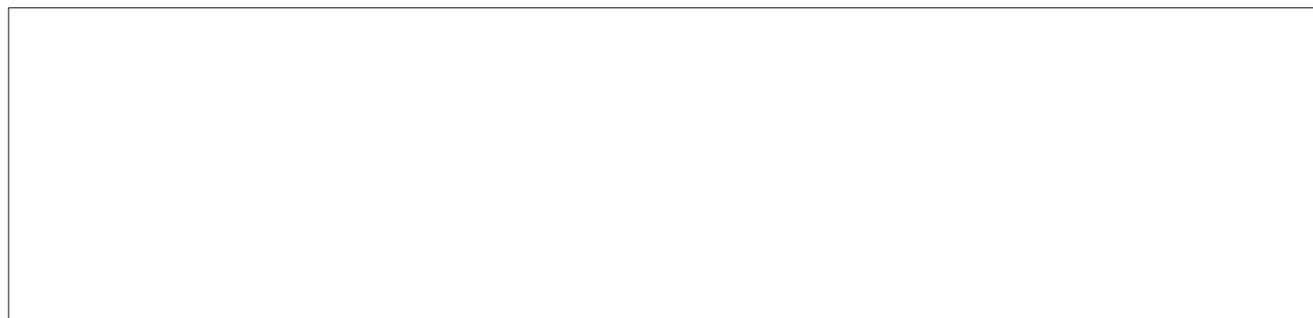
行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
園芸教室	①鉢花などの秋管理 ②秋の庭仕事 ③モミジ類の整枝・剪定	①は8/25(金)13時30分～15時30分、②は27(日)10時～12時、③は9/10(日)10時～12時、13時30分～15時30分	①は60人。100円、②は45人。100円、③は各45人。300円	8/11(祝)8時45分から平岡樹芸センターへ☎。(先着)
ひらおか庭園コンサート	5団体による吹奏楽・和太鼓の演奏、合唱	9/9(土)11時～14時	無料	当日直接会場へ

さとらんど

〒007-0880 東区丘珠町584 ☎787-0223 FAX 787-0947

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
花まつり	花き即売コーナー、アレンジ講習会など	8/19(土)、20(日)9時～16時	無料	当日直接会場へ。会場はさとらんど交流館
ハーブクラフト講座	花とハーブで飾ったせっけんを作る	8/19(土)11時～12時	16人。1,000円	☎、直接。8/11(祝)9時からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんど交流館
野菜ソムリエ講座	秋野菜でスープやスムージー作り	8/24(木)10時～12時30分	16人。1,300円	☎、直接。8/11(祝)9時からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター
漬物作り	かす漬けの材料にするキュウリの塩漬けを作る	8/30(水)10時～12時	16人。1,300円	
薬膳料理講座	ショウガ、ニンニクを使った薬膳料理を作る	9/2(土)10時～12時30分	16人。1,300円	
土日食育講座	札幌黄を使った肉まんを作る	9/3～30の土・日 曜10時30分～11時30分	各8組。1組3人まで。1組800円	☎、直接。8/21(月)9時からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター
羊毛フェルト講座	羊毛フェルトでポーチを制作	9/8(金)10時～12時	16人。1,300円	
ヘルシー野菜スイーツ講座	敬老の日用に野菜のケーキを作る	9/14(水)10時～12時	16人。1,300円	

広告



**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

社会福祉総合センター 〒060-0042 中央区大通西19 ☎614-2948 FAX 614-1109

■市社会福祉協議会 ☎614-3345 FAX 614-1109

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
健食塾	健康や栄養に関する相談・アドバイス	8/16(水)、31(木)9時30分～15時	無料	当日直接会場へ
手話講座	夏・秋の風物詩、建物・公共機関の表現	8/22(火)11時30分～12時	無料	
協力会員登録説明会・活動前研修会	高齢者などの家事援助や外出同行に携わる協力会員の登録説明会。謝礼は1時間700円程度。交通費は実費支給	①8/25(金)、②29(火)、③9/14(水)。いずれも10時～15時30分	各50人。①②は800円、③は700円。いずれも来年3月までの分。登録者のみ当日納入	8/14(月)8時45分から市社会福祉協議会☎623-4010へ。(先着)。会場は①は白石区民センター(白石区南郷通1南)、②は豊平区民センター(豊平区平岸6の10)
あんしん住まいサポーター相談会	高齢者向けの住宅への住み替え相談	8/25(金)10時30分～16時	無料	当日直接会場へ
地域福祉市民活動フォーラム	公助、共助、自助の在り方を考える	9/13(水)13時～16時	50人。無料	☎、FAX、直接。上欄必要事項を記入し、8/11(水)8時45分から市社会福祉協議会☎614-3344へ。(先着)。会場はわくわくホリデーホール(中央区北1西1)
講座 (要確認)	要申込 無料。申し込みは①は当日直接会場へ、②～⑨は8/14(月)8時45分から市社会福祉協議会へ☎、FAX、直接。(先着) ①フポイント介護=9/5(火) ②水分の重要性を学ぶ=9/9(土) ③福祉関係者のための法律セミナー=11/17(金) ④福祉用具活用の医学的根拠=11/17(金) ⑤介護ロボットを考える=11/17(金) ⑥失敗しない住み替え=11/17(金)、18(土) ⑦背骨の話=11/18(土) ⑧今日から取り組むロコモ予防=11/18(土) ⑨自分らしい住まい=11/18(土)			

■ボランティア活動センター ☎623-4000 FAX 623-0004

行事名	内容
研修会 (要確認)	要申込 有料あり。申し込みは、①～④は8/14(月)、⑤は17(木)、⑥⑦は18(金)、⑧は23(水)、⑨⑩は25(金)、⑪は9/1(金)、⑫⑬は6(水)、⑭は7(木)の8時45分からボランティア活動センターへ☎、FAX。(先着) ①介護サポーター=10/11(水) ②ガイドヘルプ・視覚障がい手引き=10/12(木) ③1日福祉・フードバンク=10/13(金) ④地域見守りサポーター養成=10/14(土) ⑤認知症サポーター養成=10/17(火) ⑥ガイドヘルプ・知的障がいコミュニケーション=10/18(水) ⑦初めてのボランティア=10/19(木) ⑧災害時のための地域支え合い=10/23(月) ⑨事業所と地域とのネットワークづくり=10/26(木) ⑩地域の事例から学ぶ・福祉推進委員会活動=10/27(金) ⑪朗読ボランティア・上級=11/1(水)、8(水)、15(水) ⑫認知症サポーター養成=11/6(月) ⑬絵本の読み聞かせ・初級=11/6(月) ⑭傾聴ボランティア・中級=11/7(火)、14(火)

■ひとり親家庭支援センター ☎631-3270 FAX 643-5904

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
就業支援講習会	①パワーポイント3級 ②調剤薬局事務 ③サービス接遇実務3級 ④メンタルヘルスマネジメント3種	①は9/6～29の月・水・金曜。全10回、②は9/13～11/22の水・金曜。全20回、③は9/14～11/2の火・木曜。全15回、④は9/26～10/27の火・金曜。全10回。いずれも18時15分～20時45分	ひとり親家庭の親と寡婦(かつて母子家庭の母だった方)で未受講の方。①はワード・エクセル3級の資格を持つ方。いずれも各20人。①は3,500円。検定料4,100円、②は4,100円。検定料6,500円、③は2,500円。検定料2,400円、④は3,498円。検定料4,320円	はがき、直接。上欄必要事項と志望動機を記入し、8/20(日)(必着)までにひとり親家庭支援センターへ。(抽選)8/17(水)、18(金)は区健康・子ども課でも受け付け。託児(2歳～小学生)希望者は受講決定後に申し込み
就職準備・離転職セミナー	職場で役立つ英会話を学ぶ	9/12(火)13時～15時	ひとり親家庭の親や寡婦20人。無料	8/18(金)9時からひとり親家庭支援センターへ☎。(先着)。託児(2歳以上)希望者は受講決定後に申し込み
実務講習会	上級者向けワード講習	10/14(土)・15(日)9時30分～15時30分。全2回	ひとり親家庭の親と寡婦でワード・エクセル3級合格者か受講経験のある方20人。2,500円	はがきに上欄必要事項を記入し、9/22(金)(必着)までにひとり親家庭支援センターへ。(抽選)。託児(2歳以上)希望者は受講決定後に申し込み
養育費面会交流セミナー	養育費の決め方などを学ぶ	10/22(日)10時～12時30分	離婚前の方、ひとり親家庭の親50人。無料	8/14(月)9時からひとり親家庭支援センターへ☎。(先着)。託児(2歳以上)希望者は同時に申し込み

豊平川さけ科学館 〒005-0017 南区真駒内公園内 ☎582-7555 FAX 582-1998

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
公開さかな調査	川の生き物の捕り方を聞き、実際に触る	8/12(土)10時～11時	小学3年以下の方は保護者同伴。無料	当日直接会場へ。会場は琴似発寒川農試公園橋下流(西区八軒5西10付近)
真駒内川ニすいぞくかん	水槽に入れた川の生き物を見て触る	8/19(土)14時～15時	小学3年以下の方は保護者同伴。無料	当日直接会場へ

☎ = 電話 FAX = ファクス E = Eメール HP = ホームページ(10ページ)に詳しい内容を掲載しているもの

☑直接会場 = 当日直接参加するもの ☑要申込 = 申し込みを要するもの ☑子ども = 子ども向けの催し

☑要確認 = 詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの

お知らせ
の
見
方

国際プラザ 〒060-0001 中央区北1西3札幌MNビル3階 ☎211-3670 FAX 211-3673

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
外国語ボランティア新規登録説明会	外国語で市民の生活やイベント活動に協力するボランティアの説明会	8/20(日)10時～11時30分	80人。無料	国際プラザ、HPで配布中の要項を確認の上、8/14(月)から。(先着)。問い合わせは☎211-2105
外国人のための無料相談会	離婚・労働・相続などの悩みを弁護士に相談	8/26(土)14時～17時	無料	当日直接会場へ。問い合わせは☎211-2105
姉妹都市市民訪問団の募集	ドイツ・ミュンヘン市で市民との交流、視察など	10/6(金)～13(金)	30人。旅費は実費	8/10(木)から国際プラザで配布する要項を確認の上、8/17(木)から。(先着)。問い合わせは☎211-2105

体育施設 ※詳細は各施設へお問い合わせください

■スポーツ教室

施設名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	☑要申込 有料。10/3(火)から順次開講 ①ヨガ ②太極拳 ③骨盤体操 ④ZUMBA ⑤ボクシングエクササイズ ⑥ピラティス ⑦フラダンス ⑧ベリーダンス ⑨剣道(小学生) ⑩バレーボール(小学4年～小学6年、中学生)
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	☑要申込 有料。9/14(木)から順次開講 ①アイスホッケー(小学生) ②マンツーマン卓球
つどいむ (東区栄町885) ☎784-2106	【一般開放】有料。8/22(火)9時～17時 テニス、フットサル、バウンドテニス、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、フリースペース ※9/4(月)は施設整備のため使用できません
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	☑要申込 有料。9/4(月)から順次開講 ①テニス(幼児、小学生、成人、マンツーマン、グループ) ②フットサル(幼児～小学生) ③野球(小学生) ④バレーボール ⑤ヨガ
星置スケート場 (手稲区星置2の1) ☎681-8877	☑要申込 有料。9/6(水)から順次開講 ①フィギュアスケート(幼児、小学生、成人)

施設名	内容
どうぎんカーリングスタジアム (豊平区月寒東1の9) ☎853-4572	☑要申込 有料。9/6(水)から開講 ①カーリング大人ピギナー

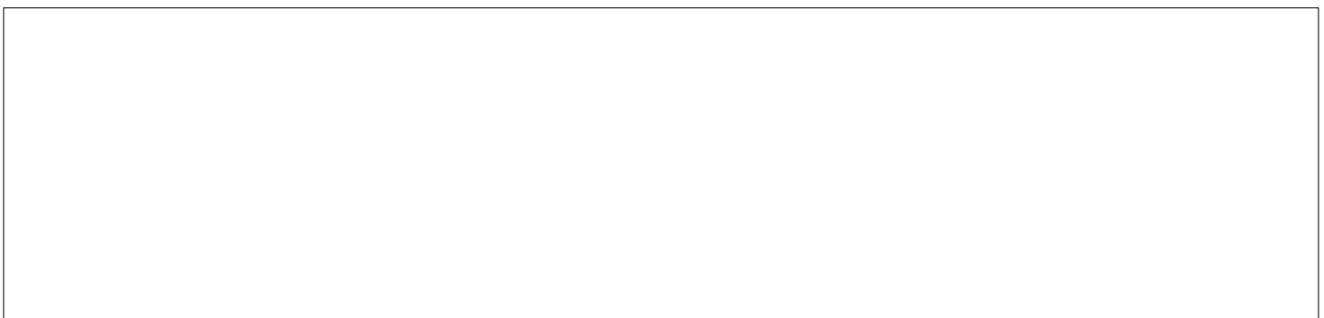
■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	☑要申込 有料。9/25(月)から順次開講。申し込みは①②③は9/1(金)までに☎、FAX785-6816、直接。(抽選)、④は8/29(火)9時から☎、直接。(先着) ①成人 ②シニア ③スローステップ ④ストレッチ・アクアビクス健康セミナー
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	☑要申込 無料。9/3(日)開催。申し込みは8/21(月)10時から☎、直接。(先着) ①みんなで楽しく泳ごう
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	☑要申込 有料。9/5(火)から順次開講。申し込みは8/19(土)までに☎、直接。(抽選) ①平泳ぎ ②バタフライ
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	☑要申込 有料。10/3(火)から順次開講。申し込みは9/11(月)までに☎、FAX683-0682、直接。(抽選) ①水中ウォーキング ②アクアビクス ③水中運動

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	日時	対象・費用	申込・備考
ソーシャルビジネス起業塾	地域の課題をビジネスの手法で解決する事業の起業方法を学ぶ	10/18(水)・25(水)・11/1(水)18時30分～21時。全3回	ソーシャルビジネスでの起業を目指す方20人。6,000円	☎、FAX、HP、直接。上欄必要事項を記入し、8/14(月)9時から産業振興センター☎820-3122へ。(先着)。問い合わせは☎820-3122
中小企業経営セミナー (要確認)	☑要申込 有料。申し込みは8/14(月)9時から☎820-3122、FAX、HP、直接。(先着)。問い合わせは☎820-3122 ①成功するビジネスモデルの作り方=10/3(火) ②今こそ求められる採用力とは=10/4(水) ③ビジネスチャンスを生み出す発想力・想像力=10/5(木) ④食品表示法施行～新制度でここが変わる=10/6(金) ⑤中小企業経営者の財務分析・基礎実務=10/17(火) ⑥リーダー・管理職のマネジメントスキル=10/31(火)			

広告



**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

図書館

※中央図書館は改修工事のため8/10(木)から臨時カウンターで貸し出し・返却サービスを行います

■中央図書館 〒064-8516 中央区南22西13 ☎512-7320 FAX 512-5783

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
中高生に贈るブックマーク	翻訳家が10代向けの本の魅力を紹介	9/3(日)13時30分～15時	200人。小学生以下の方は保護者同伴。無料	☎、FAX、HP。上欄必要事項(氏名は参加者全員)を記入し、8/20(日)までに市コールセンター(1ページ)へ。(抽選)。会場はちえりあ(12ページ)
ブックトーク 子ども	図書館の職員がお勧めの本を紹介	8/19(土)14時30分～15時	小学生。無料	当日直接会場へ。会場は清田図書館(清田区平岡1の1)
教えて建築士さん 子ども	建築士になるための参考図書の紹介、現役の建築士との座談会など	9/9(土)14時～16時	中学生・高校生10人。無料	往復はがき、☎、FAX、HP。上欄必要事項を記入し、8/20(日)(消印有効)までに、往復はがきは中央図書館、☎、FAX、HPは市コールセンター(1ページ)へ。(抽選)。会場は東札幌図書館(白石区東札幌4の4)

■えほん図書館 〒003-8612 白石区南郷通1南 ☎866-4646 FAX 866-4600

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
紙芝居講座	紙芝居の魅力、効果的に演じる方法などを学ぶ	9/9(土)14時～15時30分	中学生以上の方35人。無料	☎、HP。8/19(土)までに市コールセンター☎222-4894へ。(抽選)
図書館デビュー 子ども	絵本の読み聞かせと①おもちゃの話②マジック	①は8/13(日)、②は9/10(日)。いずれも14時30分～15時30分	未就学児と保護者。無料	当日直接会場へ
年齢別おはなし会 子ども	年齢に合わせた絵本の読み聞かせなど	8/15(火)～9/7(木)。①火曜11時、②水曜14時、③木曜14時、④8/26(土)14時	①は1歳～2歳、②は3歳～4歳、③は0歳、④は5歳以上の方。無料	
わくわく乗り物作り 子ども	ストローと電子部品でプログラミングを体験	8/20(日)10時～16時	未就学児と保護者。無料	

やまびこ座

〒065-0027 東区北27東15 ☎723-5911 FAX 723-5934

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
キャスト・スタッフを募集	来年2月の人形劇フェスティバルのキャストやスタッフを募集。①昼の部②夜の部	①は火曜～金曜10時～15時、②は火曜～金曜の夜間と土・日曜、祝日	16歳以上の方。無料	はがき、☎。上欄必要事項と職業、希望する参加形式(キャストかスタッフ)を記入し、9/22(金)(必着)までにやまびこ座へ。選考あり
公演 子ども 要確認	直接会場 有料 【人形劇】①8/13(日)11時、14時=スマイル「日本昔話ねずみのすもう」「ゴン太くん」ほか ②8/26(土)14時、27(日)11時、14時=人形劇団クラルテ「三びきのくまさん」「鬼のおくりもの」 ③9/2(土)14時、3(日)11時、14時=なかよし「ゆらゆらばしのうえで」ほか ④9/5(火)18時30分=人形劇団ブーク「三びきのやぎのがらがらどん」「いつもちこくのおとこのこ」(前売りあり) ⑤9/10(日)13時30分=人形劇団ポポロ「ルドルフとイッパイアッテナ」(前売りあり) 【児童劇】⑥8/19(土)14時、18時、20(日)11時、14時=トランク機械シアター「レンタルおとうさん」(前売りあり)			

こぐま座

〒064-0931 中央区中島公園内 ☎512-6886 FAX 512-6886

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
腹話術初心者入門講座	人形の操作や話し方などを学び、腹話術を披露	9/7(木)・14(木)・21(木)18時30分～21時。全3回	18歳以上(高校生を除く)の方20人。1,500円	8/15(火)9時からこぐま座へ☎。(先着)。会場は中島児童会館(中央区中島公園内)
自然満喫バスツアー 子ども	滝野自然学園で川遊び、山の散策をする	8/26(土)9時～16時	未就学児～高校生40人。未就学児は保護者同伴。600円	8/15(火)9時からこぐま座へ☎。(先着)
公演 子ども 要確認	直接会場 有料 【人形劇】①8/16(木)、17(木)11時、14時=ひよっこ「まほうつかいのゴおばさん」「うさぎとかめ」ほか ②8/26(土)11時、14時、27(日)11時=ぼっけ&ボクラ&ばおば「アリとキリギリス」「さるとかに」ほか ③8/30(木)11時=ばびぶ&てぶくろ「幼児のためのちいさな劇場」(要予約。8/15(火)から☎) ④9/1(金)19時、2(土)14時=ベビーピー「風あこがれ」 ⑤9/9(土)11時、14時、10(日)11時=パステル「カチカチ山」ほか			

滝野すずらん丘陵公園

〒005-0862 南区滝野247 ☎592-3333 FAX 592-4061

行事名	内容
催し 要確認	直接会場 有料あり。入園料・駐車料金は有料 ①滝野森林DAY=8/11(木)10時30分～15時 ②滝野アートDAY=8/12(土)、13(日)10時30分～15時 ③サマーイルミネーション=8/15(火)までの18時～21時 要申込 有料あり。8/11(木)9時から☎594-2222。(先着) ④滝野の森フォトコンテスト=8/31(木)まで ⑤ノルディックウオーキングツアー=8/19(日) ⑥自然の香りで手作りオーデコロン=8/24(木) ⑦ハーブばたもち作り=9/2(土) ⑧アロマせっけん作り=9/10(日)

内=内容 日=日時 所=会場 対=対象 定=定員 注=費用 申=申込 問=問い合わせ先 ☎=電話 FAX=ファクス
 E=メール HP=ホームページ(10ページ)に詳しい内容を掲載しているもの 直接会場=当日直接参加するもの 要申込=申し込みを要するもの
 子ども=子ども向けの催し 要確認=詳細を施設へお問い合わせいただくか、施設のホームページ、チラシなどで確認いただくもの

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	健康診断と骨粗しょう症健診の同時受診	8/22～9/12の火曜8時30分～12時	市内に居住か通勤する18歳～39歳の女性各30人。2,000円	8/15(火)9時から中央健康づくりセンターへ☎。(先着) 8/12(土)からHPでも別枠分を受け付け
ゆったりヨガ	ヨガポーズと呼吸を意識して体をほぐす	8/27(日)・9/3(日)9時45分～10時45分。全2回	18歳以上の方20人。1,270円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、8/18(金)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
禁煙のコツ講座	呼吸一酸化炭素濃度測定や座学、運動	9/12(火)14時～16時	15人。500円	☎、直接。8/22(火)9時から中央健康づくりセンターへ。(先着)
産後太り解消教室	緩んだ体を引き締めながら産後太りを解消。子ども連れでも参加可能	9/13～10/11の水曜9時40分～10時40分。全5回	産後3カ月以降で運動可能な方10人。4,700円	
女性のトータルフィットネス	ストレッチ、筋力トレーニングで体を整え引き締める	9/13～10/11の水曜15時30分～16時30分。全5回	18歳以上の女性7人。3,830円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、8/22(火)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
専門家の膝腰機能アップ教室	理学療法士と膝、腰の機能向上を目的とした運動	9/13～10/11の水曜18時30分～19時45分。全5回	膝や腰などに不安のある方10人。3,940円	
ナイトフィットネス	体力維持・増進、肥満予防を目的とした運動	9/16～10/28(9/23を除く)の土曜18時～19時。全6回	16歳以上の方20人。3,210円	はがき、E、直接。上欄必要事項を記入し、8/24(木)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
ランナーの基礎体力づくり講座	走るための基礎体力づくりとストレッチ	9/17(日)・24(日)9時45分～10時45分。全2回	16歳以上の方20人。1,480円	はがき、E、直接。上欄必要事項と生年月日を記入し、8/31(木)(必着)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)
運動教室 (要確認)	要申込 有料。いずれも全11回。申し込みは8/24(木)までにはがき、E、直接。(抽選) 【10/5(木)開講】①ストレッチ体操 ②ステップ&コアコンディショニング 【10/6(金)開講】③ステップex&バーベル ④キッズジャズヒップホップ ⑤ジュニアジャズヒップホップ 【10/7(土)開講】⑥健美操 ⑦体質改善PLUSヨガ ⑧ステップエクササイズ ⑨ソフトヨガ 【10/10(火)開講】⑩座って健康体操 ⑪二十四式太極拳 ⑫ピラティス 【10/11(水)開講】⑬シルバーエクササイズ ⑭リンパコンディショニング ⑮やさしいピラティス ⑯二十四式太極拳 ⑰ストレッチ&ヨガ ⑱股関節症対応ボール体操 ⑲動こうキッズ(4歳～6歳) ⑳男の体幹トレーニング			

■東健康づくりセンター 〒065-0010 東区北10東7 ☎742-8711 FAX 742-8714 E east-school@shsf.jp

行事名	内容
運動教室 (要確認)	要申込 有料。いずれも全11回。申し込みは8/24(木)までにはがき、E、直接。(抽選) 【10/5(木)開講】①健美操 ②ボディメーカーPLUSダンベル ③股関節症対応ボール体操 ④動こうキッズ(4歳～6歳、小学1～3年) 【10/6(金)開講】⑤ジュニアヒップホップ 【10/7(土)開講】⑥楽しく運動あそび(2歳半～3歳) ⑦ベーシックヨガ 【10/10(火)開講】⑧ジュニアジャズヒップホップ ⑨ソフトヨガ 【10/11(水)開講】⑩ストレッチバレエ(子ども、小学生)

■西健康づくりセンター 〒063-0841 西区八軒1西1 ☎618-8700 FAX 618-8704 E west-school@shsf.jp

行事名	内容
運動教室 (要確認)	要申込 有料。①～⑥⑧～⑫は全11回、⑦は全5回、⑬は全6回。申し込みは、8/24(木)までにはがき、E、直接。(抽選) 【10/5(木)開講】①ストレッチ&ヨガ ②二十四式太極拳 ③フロアヨガ 【10/6(金)開講】④シルバーエクササイズ ⑤ステップエクササイズ ⑥フラダンス ⑦パワーピラティス 【10/7(土)開講】⑧やさしいコンディショニング ⑨ステップex&バーベル ⑩二十四式太極拳 ⑪ZUMBA ⑫シンプルヨガ 【10/8(日)開講】⑬ストレッチ&ヨガ 【10/10(火)開講】⑭健康体操 ⑮体幹ヨガ ⑯子どものストレッチバレエ ⑰ジュニアジャズダンス ⑱リンパコンディショニング 【10/11(水)開講】⑲おとなのストレッチバレエ ⑳ピラティス ㉑ジュニアヒップホップ ㉒バーベル+ 【10/13(金)開講】㉓おとなのストレッチバレエ

下水道事業パネル展
 下水道管を調査する体験、マンホールカードの展示など。
 9月2日(土)、3日(日)。
 駅前通地下北4条付近。
 下水道河川局経営企画課☎(818)3452

写真展示、ステージイベント
 9月8日(金)～11日(月)。
 駅前通地下北4条付近。
 政策企画部企画課☎(211)2192



いいところ撮り北海道フォトコンサミット

世界ふれあいひろば
 市内在住の外国人と各国の遊びや文化を体験。
 8月19日(土)10時～15時。
 JICA北海道(白石区本通16南)。
 交流課☎(211)2032



趣味・教養