

生活 相談 募集 市民参加 保健 催し 子育て ふれあい

### 市民のためのこころの健康講座


## 大人の発達障がいとこころの病気

12月8日(木)  
午後6時30分～8時 (開場午後6時)  
芸術文化ホール活動室

なんとなく人間関係がうまくいかない、疲れやすい、だるさが取れないなど、生活のしづらさや体の不調が続いている方はいませんか。

体の不調には、心の不調が隠れているかもしれません。早く気付いて上手に対応する方法を学びましょう。

講師 江別すずらん病院医師 瀧澤紫織さん



申込み 前日までに健康推進課 (内線808)

### 講演会 「知っていますか 高齢者虐待」

高齢者への虐待とその防止について一緒に考えてみませんか。

日時 12月9日(金) 午前10時30分～正午 (開場午前10時)

会場 芸術文化ホール活動室

講師 北海道医療大学大学院非常

トレッチ、健康講話など  
定員 各20人  
\*申し込み人数が5人以下の場合、中止することがあります。

参加料 全10回12000円  
申込み 12月15日までに高齢者支援課 (内線811)

対象 16～69歳 (65歳以上の場合、60～64歳に献血したことがある方)

日程 12月12日(月)

時間・コース 河村電器産業(株)幌工場(北の里) 午前9時～11時  
▼(株)バコーポレーション(共栄) 午前11時15分～午後1時  
▼東日本高速道路(株)札幌管理事務所(大曲並木) 午後2時30分～5時

問合せ 健康推進課(内線807)

### 献血にご協力を

対象 16～69歳 (65歳以上の場合、60～64歳に献血したことがある方)

日程 12月12日(月)

時間・コース 河村電器産業(株)幌工場(北の里) 午前9時～11時  
▼(株)バコーポレーション(共栄) 午前11時15分～午後1時  
▼東日本高速道路(株)札幌管理事務所(大曲並木) 午後2時30分～5時

問合せ 健康推進課(内線807)

### 食事交流会


1人暮らしの方や介護相談をしたい方など、誰でも参加できます。

日時 12月10日(日) 正午～午後1時30分

会場 ライフサポート北広島(共栄町4丁目11-1)

参加料 600円(昼食代など)

申込み 12月7日までに、きた高齢者支援センター (☎375-5888)



### 西の里おれんじカフェ

対象 認知症の方と家族

日時 平成29年1月11日(水) 午後1時30分～3時30分

会場 西の里会館

参加料 1000円(茶菓子代)

申込み 平成29年1月4日までに、きた高齢者支援センター (☎375-5888)

### 在宅栄養士研修会

対象 管理栄養士の資格があり、働く意欲がある方

日時 12月6日(火) 午前10時～11時30分

会場・問合せ 千歳保健所(千歳市東雲町4丁目2・☎0123-233175)

### 催し


### エルフィンパークイルミネーション2016点灯式

まいぴーも登場します。

日時 12月16日(金) 午後6時から

\*イルミネーションは、12月16日(金)～26日(月)の午後5時～10時に点灯します(初日は午後6時から)。

問合せ 観光協会事務局(観光振興課内・内線859)



### 室内ゴロッケー施設開放

開放期間 平成29年3月まで(12月28日(水)～29年1月3日(火)を除く)

日時・会場 ●総合体育館Ⅱ第2日曜 午前9時～正午  
●輪厚児童体育館Ⅱ毎週水曜 午前9時～正午(平成29年1月4日、3月29日を除く)  
●西の里ファミリー体育館Ⅱ毎週金曜 午後1時～3時(12月23日を除く)  
●大曲ファミリー体育館Ⅱ毎週水曜 午前10時～正午(平成29年3月29日を除く)

●団地住民センターⅡ12月は第1・3日曜、平成29年1月は第2・4

### 西部地区生涯学習振興会事業

日曜、29年2月～3月は第1・2日曜 午前9時～正午

問合せ 市教委社会教育課(内線890)

〈しめ飾り教室〉

日時 12月8日(木) 午前9時30分～正午

講師 布川深雪さん

定員 先着15人

参加料 1800円(教材費を含む)

持ち物 はさみ

申込期限 12月3日

〈新年をお花で飾る華道講座〉

日時 12月13日(火)・27日(火) 午前10時～正午(全2回)

内容 初めてでもできる盛り花、正月用の花の生け方

講師 青山御流 落合風雅さん、後藤教雅さん

定員 先着10人

参加料 全2回5000円

\*教材費(1回目は1080円、2回目は実費)が別にかかります。

持ち物 花器・剣山・花ばさみ

申込期限 12月8日

〈共通事項〉

会場 農民研修センター

申込み 西部地区生涯学習振興会 (☎377-6688)

