発達障がい当事者会

対象　発達障がいと診断を受けたことがあり、障がいにより、暮らしにくさを感じている市内にお住まいの65歳未満
日時　7月15日㈯　午後2時～4時
会場　広葉交流センター
内容　参加者同士の交流
申込み　7月8日までに障がい者生活支援センターみらい（☎376～7776）

献血にご協力を

対象　16～69歳（65歳以上の場合は、60～64歳に献血したことがある方）
日程　7月6日㈭
時間・コース　コマツ特機㈱北海道事業所（大曲工業団地）＝午前9時～10時20分▼中山機械㈱（共栄）＝正午～午後0時50分▼聖芳園（西の里）＝午後1時30分～2時50分▼北海道車体㈱（大曲工業団地）＝午後3時30分～5時
問合せ　健康推進課（内線1216）

介護する家族の集い

対象　介護をしている方、介護を受けている方、興味のある方
日時　7月12日㈬　午後2時～4時
会場　芸術文化ホール活動室
内容　おなかの健康についての講話など
申込み　7月10日までに、ひがし高齢者支援センター（☎211～8520）

いきいき百歳体操リーダー養成講座

いすに座ったままできる介護予防体操です。地域の皆さんとの活動にいかがですか。
日時　7月25日～8月8日の各火曜　午後1時30分～3時30分（全3回）
会場　広葉交流センター
内容　実技、地域で実施する場合の補助の仕方など
定員　先着20人
申込み　7月18日までに健康推進課（内線1222）

こころの交流会

対象　精神疾患で通院中か過去に受診したことがある65歳未満
日時　7月11日㈫　午後2時～3時30分
会場　大曲会館
内容　精神保健福祉士と交流
申込み　前日までに障がい者生活支援センターみらい（☎376～7776）

催し

ノルディックウォーキング教室

日時　7月13日㈭・20日㈭　午前10時～正午、23日㈰　午前9時～午後2時
会場　東記念館ほか
内容　●7月13日＝講義後、防災センターコース　●20日＝輪厚川沿いコース　●23日＝藻南公園コース（札幌市）とさくらんぼ狩り体験
講師　全日本ノルディックウォーク連盟　江川淳さん、滝久美子さん
定員　各回先着30人
参加料　各回200円
＊7月23日だけ、体験料など800円が別にかかります。
持ち物　ノルディックポール（ない方には貸します）・飲み物・タオル
＊天候に合わせた動きやすい服装と履き慣れた靴で来てください。
申込み　7月4日～11日に東部地区生涯学習振興会（☎・FAX372～3332）

陸上自衛隊・北恵庭駐屯地創立67周年記念行事

日時　7月9日㈰　午前8時30分～午後3時
＊JR島松・恵み野・恵庭駅から、無料シャトルバスを運行します。駐車場もあります。

北のまちから　あったかハート　　社会福祉協議会（福祉センター内・☎372-1698）

夏のボランティア体験事業

参加者募集

そうだ、ボランティアに行こう！

さまざまな分野の体験プログラムの中から、自分にできることや関心があることを見つけて選べます。

対象　ボランティア活動に関心がある小学5年～大学生
＊小学生が参加する場合は、保護者が同伴できます。
期間　7月25日㈫～8月31日㈭で各自の夏休み期間中
場所　市内の高齢者・障がい者・児童福祉施設や、福祉センターなどのボランティア団体が活動する施設（手話・要約筆記・布のおもちゃ制作体験など）
＊日数や時間、人数は活動場所によって異なります。必ず事前に問い合わせてください。
＊ボランティア活動保険に加入してください。
＊活動場所までの交通費と昼食は、各自で負担してください。
申込み　7月20日までに社会福祉協議会

ボランティア団体で活動しませんか？

社会福祉協議会のボランティアセンターでは、さまざまな団体が活動しています。
一緒に楽しく活動してみませんか？
＊各団体での活動内容は異なります。詳しくは社会福祉協議会に問い合わせて下さい。

●アオサギの会　●赤十字奉仕団　●あゆみの会　●朗読の会「ひびき」　●ガイドヘルパーの会アイ　●無線赤十字奉仕団　●文庫の会　●白樺会　●手話の会　●いいとも会　●点訳サークル　●要約筆記サークル　●布のおもちゃライブラリー「赤い実の会」　●K.L.U.C.　●星槎道都大学ボランティア研究部