

こころの交流会

ジャズについて語り合いませんか。

対象 18～64歳で障がいがある方など

日時 4月12日(木) 午後2時～3時30分

会場 コミュニティカフェみるく & ハニー (中央3丁目1～3大谷木材ビル1階)

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

西の里おれんじカフェ

対象 物忘れが気になる方、認知症の方と家族

日時 5月9日(水) 午後1時30分～3時30分

会場 西の里会館

参加料 100円(茶菓子代)

申込み 5月2日までに聖芳園 ☎375～3126

協会けんぽの保険料と健診

〈保険料率〉

全国健康保険協会(協会けんぽ) 北海道支部の健康保険料率と介護保険料率が5月1日納付期限分から変わります。

●健康保険料率は(現行10・22%)

↓10・25%
●介護保険料率は(現行1・65%)
↓1・57%

〈健診費用の一部補助〉

生活習慣病の予防と早期発見・治療のため、年に1度は健診を受けます。

●35～74歳の被保険者Ⅱがん検診を含めた生活習慣病予防健診
●40～74歳の被扶養者Ⅱメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査

〈共通事項〉

問合せ 協会けんぽ北海道支部 ☎726～0352

こころの健康相談

対象 心の健康に悩んでいる方から

日時 4月10日(火) 午後1時30分

相談員 精神神経科医師、保健師

申込み期限 4月6日

会場・申込み 千歳保健所(千歳市東雲町4丁目2) ☎0123～233175

催し



夢プラザ・悠遊学園

〈茶道講座〉

対象 20歳以上

日時 4月17日(火) 午前10時～正午

講師 表千家 工藤和代さん

参加料 800円(菓子代を含む)

〈IT講座〉

対象 パソコンの基本操作ができる方

日時 4月13日(金)・27日(金) 午前9時30分～午後0時30分

講師 NPO法人北広島ITネットワーク 山口昭一さん

参加料 1回700円(教材費を含む)

持ち物 ノートパソコン

〈子ども茶室〉

対象 高校生以下の方

日時 4月14日(土) 午前10時～正午

講師 表千家 工藤和代さん

参加料 800円(菓子代を含む)

〈共通事項〉

会場・申込み 夢プラザ ☎370～7373

北広島福祉ショップ ふゆるる スプリングフェア

障がい者が製作した品物を販売します。

日時 4月13日(金)・14日(土) 午前10時～午後3時

会場 エルフィンパーク

問合せ 福祉課(内線2142)



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)

はじめてみませんか! ボランティア



空いている時間で、新しいことに挑戦してみませんか。
●障がい児・者を対象としたイベントなどの補助
●特技や趣味を生かしたもの(楽器演奏や書道の指導、囲碁・将棋・麻雀の相手など)
*出掛けるのが難しい方のために、自宅でする切手整理などもあります。

広報紙「明るいまち」

社会福祉協議会の広報紙「明るいまち」は2月・6月・10月の年3回発行しています。
*新聞を購読している方には折り込みで届けていますが、購読していない方には郵送しています。希望する方は、連絡してください。

印刷機・コピー機の利用サービス

対象 自治会・町内会、地域で福祉活動や子ども会活動などを行っている団体(操作は利用者が行います)
利用日時 月～金曜(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後4時
*事前に予約をしてください。

機器	料金
印刷機	原版1枚40円、片面1枚1円(インク代) *用紙代がかかります(持参可)。 ●A4=1枚1円 ●A3=1枚2円
コピー機	1枚10円

*製本作業などを行う場合は、部屋(有料)の確保が必要です。
*横断幕や垂れ幕用の印刷機もあります。色(白黒・カラー)や用紙サイズで料金が異なります。仕上がりまで1週間程度かかるので、事前に問い合わせてください。

