

HI-V検査普及週間 健康相談と抗体検査

日時 6月7日(木) 午後1時～7時
会場 千歳保健所(千歳市東雲町4丁目2)

内容 健康相談、HI-V抗体検査
*電話での予約が必要です。匿名でも可能です。
*検査結果は当日お知らせします。
申込み 千歳保健所エイズ相談電話(☎0123-22-1199)

西の里おれんじカフェ

対象 認知症の方と家族
日時 7月11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 7月4日までに、聖芳園(☎375-3126)

催し



ファミリー森林浴 ウォーキング

約5kmの森を歩きながら、自然観察などをしませんか。各種賞品が当たるゲーム大会など、札幌市厚別区民や江別市民との交流会もあります。

日時 6月17日(日) 午前10時～午後1時30分(小雨決行)

会場 野幌森林公園

*専用バスで送迎します。午前9時30分までに、市庁舎別館(旧第3庁舎)前に来てください。
定員 40人

*小学生以下は、保護者同伴です。
参加料 300円

*中学生以下の参加者には、参加賞を用意しています。
持ち物 タオル・弁当・雨具・帽子など

*肌の露出が少なく動きやすい服装と履き慣れた靴で来てください。
申込み 6月13日までに市ホームページ「まちの見どころ↓イベント」にある専用フォームか、電話で企画課(内線3602)

フレンドリーセンター 事業 農業体験教室

対象 市内にお住まいで障がいがある方
*保護者か付き添いの方が同伴してください。

日時 7月1日(日) 午前8時45分～正午

集合場所 広葉交流センター駐車場
内容 ●市内のイチゴ農園でイチゴ狩り ●広葉交流センターで、収穫したイチゴを使ったデコレーションケーキ作り ●参加者同士の交流
講師 お菓子の安寿真 東隆史さん(ケーキ作り)

定員 15組

参加料 2000円

*参加人数により変更になる場合があります。

持ち物 飲み物・タオル・エプロン・三角巾

*動きやすい服装で来てください。
申込み 6月15日までに市教委社会教育課(内線4842)

体育協会事業

〈花いっぱい交流会と総合体育館避難訓練〉
日時 6月10日(日) 午前9時30分～11時(小雨決行)

*雨天時は、午前8時30分までに中止連絡をします。
内容 ●体育館周辺の花壇で花の植栽 ●火事を想定した避難訓練

●持ち物 雨具(小雨の場合だけ)・軍手・シャベル・長靴・上履き
申込み 6月6日
〈ほぐしストレッチ教室〉
日時 6月19日～7月10日の各火曜 午前11時15分～午後0時30分(全4回)

講師 平島伸一さん
定員 20人
参加料 全4回1200円(保険料を含む)

持ち物 室内用運動靴
申込み 6月16日



問合せ 健康推進課 (内線1214)

配布しています

きたひろしま ウォーキングマップ

改訂第2版



市内12コースが掲載されています。毎日の健康づくりに役立ててください。

配布場所 担当課と各出張所、団地住民センター連絡所、エルフィンパーク、総合体育館、各地区体育館、夢プラザ、中央公民館



健康づくり市民ウォーキング

6月16日(土) 参加無料
午前9時50分～午後0時30分 (雨天中止)



鳥の鳴き声や樹木を觀賞しながら、ウォーキングを楽しみませんか。健康づくり推進員がお手伝いします。

集合場所 エルフィンパーク
コース トリムコース(約5.2km)
持ち物 飲料水・タオル
申込み 前日までに健康推進課(内線1214)

歩きやすい服装と履き慣れた靴で来てください

