

### アリスこどもセンターの 子育て講座

●らくらくトイレトレーニング  
と き・6月24日(金)10時~11時30分  
定 員・5組(抽選)

●不思議の国★アリスであ・そ・ぼ!  
内 容・運動遊び、スタンプラリーなど  
と き・7月8日(金)10時~11時30分  
定 員・40組(抽選)

**【共通事項】**

対 象・1歳半~就学前の幼児と親  
受講料・無料  
申込方法・電話かFAXで申し込み  
申込期間・6月13日~17日  
**会場・申込先・詳細** アリスこどもセンター  
☎(24) 8 3 4 1 FAX(24) 7 0 2 1

### 手工芸協会講習会

内 容・粘土のバラで飾る携帯スタンド、  
籐のプレート、押し花額絵、ビーズ  
クロッシェのネックレス、楕円  
ガラスオーナメント、小銭入れ  
※6講座のうち1つを選んでください。  
と き・6月25日(土) 13時30分~  
ところ・市民文化センター3階中会議室2  
※小銭入れはアトリエC&H(旭ヶ丘  
2丁目)で開催。

材料費・700円~2,000円(各講座)  
申込期限・6月18日(土)  
**申込先・詳細** 長村 ☎090(2058)3931

### 地域包括支援センターの 健康教室・健康相談

●お口の健康教室  
内 容・講話「おせ、飲み込みづらさ、  
固いものがかめないなど口の  
手入れ方法」と実習

講 師・瀧川 裕子 氏(歯科衛生士)

と き	と ころ
6月29日(水)10時~11時30分	富丘コミセン
7月1日(金)10時~11時30分	北桜コミセン

受講料・無料 定員・各30人(申込順)

●なんでも健康相談(無料・予約不要)

内 容・高齢者対象の健康・介護の相談

と き	と ころ
7月5日(火)13時30分~15時	北桜コミセン
7月6日(水)13時30分~15時	富丘コミセン
7月7日(木)10時~11時30分	鉄東コミセン
7月7日(木)13時30分~15時	泉沢向陽台 コミセン
7月8日(金)13時30分~15時	中心街コミセン

**【共通事項】**

**申込先・詳細** 千歳市地域包括支援センター  
☎(42) 3 1 3 1

### パソコン講習会

●活用講座

内 容①Tシャツや布グッズにプリ  
ントしよう!

②エクセルステップアップ編(初級)

と き①6月18日(土)13時~15時30分

②7月23日(土)13時~15時30分

受講料・各1,300円(中学生以下各500円)

定 員・各22人(申込順)

●基礎講座「エクセル2003」

と き・7月13、14日(2日間)

午前コース(9時30分~12時)

夜間コース(19時~21時30分)

受講料・2,500円(テキスト代別途1,239円)

※テキストの無料貸し出しあり。

定 員・各コース18人(申込順)

**【共通事項】**

と ころ・市民ギャラリー4階

申込方法・はがき、電話、FAX、Eメ  
ールのいずれかで申し込み

**申込先・詳細** 〒066-8686 東雲町2  
丁目34 千歳市教育委員会生涯学習課  
☎(24) 0 8 4 8 FAX(27) 3 7 7 0  
E-Mail shogaigakushu@city.chitose.hokkaido.jp

### グリーン・ツーリズム 連絡協議会の料理講習会

内 容・千歳産の農産物で料理教室

講 師・小林 純子 氏(りんごの家)

と き・6月21日(火) 10時~13時

と ころ・総合福祉センター3階調理教室

受講料・1,000円 定員・20人(申込順)

申込期限・6月17日(金)

**申込先・詳細** 千歳市グリーン・ツーリ  
ズム連絡協議会事務局(農業振興課内)

☎(24) 0 6 1 0

### 保育園を体験してみよう!

対 象・5歳までの乳幼児と親

と き・6月22日(水)10時30分~11時30分

受講料・無料 定 員・5組(申込順)

**会場・申込先・詳細** 北陽保育園

☎(23) 3 9 7 5

### 介護予防教室

内 容・高齢者にもやさしい栄養・調理  
教室~低栄養にならないために

対 象・市内に住む65歳以上の方

と き・6月23日(木)10時~12時45分

と ころ・総合福祉センター3階調理教室

受講料・無料 定 員・20人(申込順)

**申込先・詳細** やまとの里在宅介護支援  
センター ☎(27) 7 5 0 3

# たうん が い ど

みんなの情報 広場

## TOWN GUIDE

「たうんがいど」の原  
稿締切日は発行月の  
前月10日です

掲載  
案内

FAX、持参、郵送のいずれでもかま  
いません。広報広聴課 FAX(22)8852



### 特定疾患・ウイルス性肝炎進行防 止対策医療受給者証を更新します

有効期間が平成23年9月30日まで  
の受給者証をお持ちの方は、更新手  
続きが必要です。

申請期間・7月1日~8月31日(郵送で申請)

**申込先・詳細** 〒066-8666 東雲町4丁  
目2 千歳保健所健康推進課保健予

防係 ☎(23) 3 1 7 5



### ヨガサークル

●親子でヨガ(小さなお子さんがいても安心)

と き・6月15日(水)

10時30分~11時40分

と ころ・鉄東コミセン

●健康ヨガ(高齢者向け)

と き・6月17日(金)

10時30分~11時40分

と ころ・北新コミセン

**【共通事項】**

受講料・500円

**申込先・詳細** なごみの会 木下

☎090(7142)2585

### 市民病院の「市民健康講座」

内 容・めまいの話

講 師・渡邊 一正(耳鼻咽喉科医長)

と き・6月18日(土) 13時~

と ころ・市民病院 2階講義室

**詳細** 市民病院 地域医療連携課

☎(24) 3 0 0 0 内線138