

### 市民病院の「市民健康講座」

内 容・前立腺がんの早期発見と治療  
講 師・能中 修(泌尿器科診療科長)  
と き・1月19日(土) 13時～  
と ころ・市民病院 2階講義室  
受講料・無料

**詳細** 市民病院地域医療連携課  
☎(24) 3 0 0 0 内線 1 3 8

### 笑いヨガ

内 容・健康のお話と笑いヨガ  
と き・1月19日(土)14時～15時30分  
と ころ・中心街コミセン  
受講料・500円(資料代)

**申込先・詳細** 笑い(ラフター)ヨガ公認  
リーダー たかはし ☎090(5983)2858  
(平日の18時～20時、休日の9時～20時)

### 菜食健美の会 料理教室

内 容・生活習慣病予防、ヘルシーな  
菜食料理

と き・1月20日(日) 10時～12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・15人(申込順)  
申込方法・1月18日(金)までにFAXで  
申し込み

**申込先・詳細** 菜食健美の会 座喜味  
☎・FAX(22) 3 9 5 1

### グリーン・ツーリズム 連絡協議会の料理講習会

内 容・千歳産の野菜を使った料理講習  
講 師・小林 純子 氏(りんごの家)  
と き・1月22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・1月18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

### 赤十字救急法 救急員資格継続研修会

対 象・平成22年2月1日～平成23年  
2月1日に赤十字救急法救急  
員資格を取得した方

※受講者は資格が3年間継続されます。  
と き・2月2日(土)13時～17時30分  
と ころ・総合福祉センター402号  
受講料・1,150円(当日納入)  
定 員・30人(申込順)  
申込期限・1月25日(金)

**申込先・詳細** 日赤千歳市地区事務局  
(社会福祉協議会内) ☎(27) 2 5 2 5



### フラ体験講習会 (無料)

日 程・1月15、22日  
(18時30分～19時30分)  
花園コミセン  
・1月17、24日  
(10時30分～11時30分)  
パセオすみよし

**申込先・詳細** ハラウ フラ オ カファ  
リイ 澤井 ☎0 9 0 (8428) 5 0 2 4

### パソコン講習会

①基礎講座「エクセル2003」  
と き・1月16、17日(9時30分～12時)  
②基礎講座「デジカメ写真加工」  
と き・2月6、7日(9時30分～12時)  
※市販ソフト「ジャストホーム」を使用。  
③活用講座「ネットでショッピング」  
と き・1月19日(土)13時～15時30分  
④活用講座「ワードでブックカバー  
を作ろう!」  
と き・2月16日(土)13時～15時30分  
※ワード2007を使用(ワード2003を使  
用の方も受講できます)。

#### 【共通事項】

と ころ・市民ギャラリー4階IT講習室  
受講料①②2,500円  
③④1,300円(中学生以下500円)  
定 員・各18人(申込順)  
申込方法・電話、FAX、Eメールで申し込み  
**申込先・詳細** 生涯学習課  
☎(24) 0 8 4 8 FAX(27) 3 7 7 0  
Eメール shogaiakushu@city.chitose.hokkaido.jp

### 子育て支援を考える会 講演会

演 題・子どもとメディアの良い関係  
大人のできること、すべきこと  
講 師・中谷 通恵 氏  
対 象・子育て支援に携わる教師・保  
育士、思春期までの子をもつ  
保護者など

と き・1月18日(金)19時～20時30分  
と ころ・社会福祉協議会2階会議室  
受講料・無料 定員・70人(申込順)  
申込方法・名前と連絡先を記入してFAX  
かEメールで申し込み

**申込先・詳細** かうんせりんぐるうお  
河岸 ☎090(6446)4594 FAX(22)3331  
Eメール kakashi@maroon.plala.or.jp

# たうん がいで

みんなの情報 広場

## TOWN GUIDE

「たうんがいで」の原  
稿締切日は発行月の  
前月10日です

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

掲載  
案内



### 働いている調理師の皆さんへ

調理業務に従事している調理師は  
法律により2年ごとに、従事場所な  
どの届出が必要です。

届出期日・1月15日(火)

届出場所・千歳料飲店組合(錦町1-9-2)

☎(23) 3 9 3 2

・ほかほか弁当(清水町2-25)

☎0 9 0 (1644) 5 2 4 6

**詳細** 千歳保健所 ☎(23) 3 1 7 5

### 開設します「行政相談所」

総務省から委託を受けた行政相談  
委員が行政と市民のパイプ役として、  
年金・登記・道路・河川など、国の業務  
についての要望や意見などの相談を  
受け付けます。相談は無料です。

と き・1月22日(火)13時30分～16時

と ころ・総合福祉センター306号

**詳細** 山内(富丘4丁目) ☎(24) 3291

宮本(北光1丁目) ☎(23) 0447

### 書きそんじハガキ・キャンペーン

ユネスコは、学校に行けない世界の  
子どもたちなどに、教育の機会を提供  
する運動の一環として、「書きそんじハ  
ガキ・キャンペーン」を行っています。

「住所や名前を書き間違えた」など、  
ポストに投函しなかった切手付きの  
郵便ハガキを提供してください。

提出方法・2月8日(金)までに持参か  
郵送で提出してください

**申込先・詳細** 〒066-8686 東雲町2  
-34 千歳ユネスコ協会事務局(生  
涯学習課内) ☎(24) 0 8 4 8