

「介護予防教室」
参加者募集

ゆっくり筋力をほぐし、腰痛
予防や筋力アップを行う体操教
室です。

■内 容

セラバンド(ゴムバンド)を
使った体操及びフットケア

■開催期間

9月～11月までの3カ月間
(各月2回、全6回開催)

※詳しい日程は、左記までお問
い合わせください。

■開催場所(3会場)

- ・小平 健康福祉センター
- ・達布 たつぷりかん
- ・鬼鹿 鬼鹿公民館

■対象者

おおむね65歳以上の方

■定 員

各会場定員10名 計30名

※各会場において定員の半数に
満たない場合、開催を見合わ
せていただきます。

■参加費

無 料

■申込期限

9月19日(金)までに申し込
んでください。

◎申込み・問い合わせ先

保健福祉課

地域包括支援センター

(内線274)

第13回「火の用心杯」パーク
ゴルフ大会参加者募集!!

■日 時

9月20日(土)

受付開始 午前8時30分～

競技開始 午前9時30分～

※荒天時の順延 9月21日(日)

■場 所

小平町国際パークゴルフ場

■競技方法

・36ホールズストロークプレー
とします。

・女性及び70歳以上の男性には
ハンディキャップ2、70歳以
上の女性にはハンディキャッ
プ3を与えます。

・競技規則は国際パークゴルフ
協会公認ルール及び小平町国
際パークゴルフ場ローカル
ルールを適用します。

■参加条件

小平町民

■参加料

一人 千円

■申込期日

9月14日(日)までに申込用紙

※申込用紙は事務局(消防小平・

鬼鹿支署 及び役場各支所、

パークゴルフ場にあります。

◎問い合わせ先

留萌消防組合消防署

小平支署 (TEL 56-2221)

鬼鹿支署 (TEL 57-1253)

ヘルシーライフ教室
参加者募集

■1回目

日時 10月5日(日)

13時～15時30分

場所 増毛町文化センター

内容 講話、軽運動

・講師

留萌市温水プール ぷるも

運動指導員 山崎 丈氏

■2回目

日時 10月7日(火)

10時～13時

場所 増毛町保健センター

健康一番館

・内容

調理講習会

「増毛産の鮭とフルーツを

使ったヘルシーランチ」

・講師

オーベルジュましけ

総料理長 伊藤 浩二氏

■定 員

各20名(定員になり次第締切
ります)

■申込期限 9月30日(火)

◎申込・問い合わせ先

役場保健福祉課

栄養士 雨野

(内線276)

主催

北海道栄養士会留萌支部

ゆったりかんバス送迎運行表

町内無料送迎バス 9月8日(月)・29日(月)

ゆったりかん行			
停留所	時刻	停留所	時刻
鬼鹿小学校	9:55	白谷寿の家	10:35
鬼鹿郵便局	10:00	小平商工会	10:40
ローソン鬼鹿店	10:03	湯田宅車庫	10:41
第1広富バス停	10:06	小平小学校	10:42

お帰り時刻は、
ゆったりかん発14:30となります。



見えてくる 日本の暮らし 住まいから
平成20年10月1日
住宅・土地統計調査 を実施します。

10月1日、5年に一度の住宅・土地統計調査を実施します。全国の約350万の世帯が対象となります。
調査員が調査票を持ってお宅におうかがいしますので、調査票への記入をお願いします。

●調査票の配布期間

9月23日～9月30日

総務省統計局・北海道・小平町