

健康

料理づくりのひこう

日時 5月17日(火) 10時30分～12時
場所 まちづくりセンター
内容 栄養豊富な旬の春野菜を使用し、苦味や香りを活かした料理を作ります。
対象 65歳以上の市民
定員 9人
参加料 300円
持ち物 マスク、エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具
申込期限 5月13日(金)
申込方法 保健センター窓口または電話でお申し込みください。
☎保健センターTel 24-5256

すこやかロードの認定を受けている「スカイパークコース」や「ふれ愛の里コース」などがあり、すので、健康づくりにご活用ください。コースの概要は、「たきかわスカイパーク」滝川ふれ愛の里」に設置したポスター、市公式ホームページ(組織案内↓健康づくり課↓健康増進係↓すこやかロードについて)をご覧ください。

ウォーキング手帳を配布しています

市の健康増進計画である「第2次健康たきかわ21アクションプラン」に基づき、運動習慣づくりの一環としてウォーキング手帳を配布しています。ウォーキング手帳を活用することで、歩いた歩数を記録しながら楽しく運動に取り組むことができます。また、万歩計も貸し出していますので、手帳と合わせてご利用ください。

ウォーキング手帳の配布場所
保健センター、市役所(1階市民ロビー)、農村環境改善センター、滝川ふれ愛の里、滝川市スポーツセンター第1体育館、北海道コカ・コーラパークフィールド72、市内各コミュニティセンター、音楽公民館、三世交代センター北地区分館、東滝川地区転作研修センター、まちづくりセンター
万歩計の貸出場所 保健センター
☎健康づくり課Tel 24-5256

市の工事により発生した残土の提供

対象 市内に土地を所有している方
残土の利用 主として埋め立て用(畑・庭などには適さない)ので、事前に土砂の状態を確認してください。

HPV(子宮頸がん)ワクチン実施医療機関の訂正について
広報たきかわ4月号17ページに掲載しました各種予防接種のご案内のうち、予防接種できる医療機関の一部に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
訂正内容 市立病院でのHPV(子宮頸がん)ワクチン接種については、ガーダシルのみの接種(サーバリックスは接種不可)となります。
☎保健センターTel 24-5256

ウクライナ避難民支援募金について
滝川国際交流協会では日本国際連合協会北海道本部を通じて、ウクライナから避難して来られた方の生活を支援するため、募金を実施します。皆さんの温かいご協力をお願いします。
支援対象 北海道在住のウクライナの方などの親族・知人で、ウクライナから北海道へ避難して来られた方
支援内容 北海道へ避難して来られた方の当面の生活資金として、一時金をお渡しします。
募金方法 たきかわ観光国際スクエア(旧中央バスターミナル)

今年納期の税・料金
軽自動車税種別割(全期分)
☎税務課Tel 28-8021



みんなの*伝言板

※掲載希望者は、毎月8日(必着)までに、はがき・FAXで企画課まで送付ください。
FAX 22-7008

◎募集しています

▶B & G 滝川海洋クラブ員 5月14日(土)～令和5年3月31日(金)(毎週土曜日およびクラブが指定する日) 9時30分～12時30分 ☎小学3年生から一般 ☎カーヌーやヨット、ローボートなどの水上スポーツを楽しみ、B & G北海道ブロックスポーツ交流交歓会「水上の部」への参加、他クラブとの交流、陸上でのレクリエーション活動などを行います。水辺での事故をなくすための勉強もします。
☎年会費＝小・中学生1,500円、高校生・一般2,000円、入会金＝500円(初年度のみ) ☎B & G海洋センターTel 23-4194 ※入会希望者は入会金と年会費をお持ちのうえ5月14日(土)9時から9時20分の間に海洋センターへお越しください(中学生以下は保護者同伴)。なお、当日にお越しいただけない方は事前にご連絡ください。

▶着物着付教室 水曜日(月2回) 14時～16時 緑地区コミュニティセンター ☎月額2,000円 ☎本間Tel 24-5587

▶ゼロからの中国語講座(9月開講) 西地区コミュニティセンター ☎発音から基本的な文法、日常会話、旅行会話。個人レッスン。
☎月額3,500円(月4回) ☎沖Tel 080-3469-8454(メールアドレス: emi.emi1110@docomo.ne.jp)

▶野外太極拳 土曜日(5月～9月/月2回) 8時30分～9時20分 ☎円・らせん運動を主とした「四正太極拳」で、心と体をリラックス。野外で気持ちよく動きましょう。
☎入会金1,000円、1回参加ごと200円 ☎小山Tel 090-6262-4119(メールアドレス: happyhana1211@gmail.com)

▶読書会「賢治を語る会」 5月14日(土) 13時30分～16時30分 場 アートステージ空知滝川 ☎宮沢賢治の心象スケッチ「春と修羅」の中から妹を中心とした詩「永訣の朝」などの理解を深めます。
☎年額2,000円 ☎井川Tel 24-2509

▶筆ペン&絵画&書道教室(葉月会) 土曜日 13時～15時 場 幸町コミュニティセンター ☎仲間と一緒に楽しく勉強しあい、心静かに癒やされる2時間を楽しみましょう。脳トレーニングや習字添削もします。
☎月額3,000円 ☎詠山(えいざん)Tel 090-4871-5388 ※初心者大歓迎。用具無料貸し出しあり。希望者には毛筆指導もいたします(段級位取得も可能です)。

◎催し物のご案内

■フォークダンス講習会 5月11日(水)、12日(木)、18日(水)、19日(木) 10時～11時 場 中央児童センター ☎学生時代に踊ったフォークダンスや、北海道の日本民謡など、一度は踊ったことのある懐かしいフォークダンスをもう一度踊ってみませんか。初心者も歓迎します。
☎無料 ☎滝川フォークダンス同好会・藤田Tel 22-1440 ※持ち物＝運動靴

■子育てサロン「ありす」 5月13日(金) 10時～12時 ☎0歳～5歳未満の子どもとその家族 ☎あそびテーマ「お花見散歩」 ☎1家庭100円(保険料) 場 國學院大學北海道短期大学部Tel 23-4111 ※申込期限＝5月12日(木)15時(先着30人)

■認知症の人と共に歩む家族の会 あげぼの会ひだまりサロン(一日託老) ①5月20日(金) ②6月3日(金) 10時～15時 場 本町地区コミュニティセンター ☎①スクエアステップ運動、誕生会、脳トレゲーム、カフェ、棒体操 ②足踏みラダー運動、菜の花見学、手遊び、カフェ、体操 ☎昼食代500円 ☎小笠原Tel 22-2466

■パークゴルフ初心者講習 5月21日(土) 13時～(12時50分までに集合してください) 場 北海道コカ・コーラパークフィールド72 ☎無料(コース使用料別途) 場 滝川パークゴルフ協会事務局・林Tel 090-9756-1330

■ひきこもり家族交流会「虹の会」 5月13日(金) 13時30分～15時30分 場 まちづくりセンター ☎ひきこもり問題を抱える家族が集まり意見交換をする場です。他機関が行う講演会等の情報提供も行います。秘密厳守で匿名参加でも構いません。同じ境遇の家族と話したい、心配事や悩み事を相談したいと思ってる方のお越しをお待ちしています。 ☎滝川保健所Tel 24-6201 ※申込方法＝滝川保健所窓口または電話でお申し込みください。

■5月「駅カフェ」 5月8日(日) 11時～14時 場 JR江部乙駅 ☎11時30分＝駅カフェスタッフによる昭和の生活と文化を振り返る「ゆうべおっと」の朗読、12時＝すみれ調剤薬局、薬剤師・板東幹斗さんによる「お薬の話」、13時＝高校生バンド「早朝ランチタイム」によるライブ演奏(夏祭りほか)で高校生と一緒に盛り上がりましょう。ベルク特製「駅カフェパン」、ピーベリーのコーヒー・各種ラテも販売します。 ☎江部乙まちコミ隊女子部・曾我部Tel 090-9088-6284 ※マスク着用のご参加ください。

■アーチェリー無料体験 土・日曜日(5月～10月) 9時～12時(1時間程度) 場 滝川アーチェリー場(滝の川運動公園内) ☎小学生以上 ☎滝川アーチェリー協会Tel 22-3313 ※弓具は当協会にて無料で貸し出します。運動靴、動きやすい服装でお越しください。

新型コロナウイルスの感染状況等により、中止または延期となる場合がありますので、詳しくは各問合先へご確認ください。