

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
4/10(月)	9:00~10:00	春光台公民館 (春光台3の3)
4/10(月)	9:00~10:00	末広八区会館 (末広1の12)
4/11(水) 13(木)	8:00~10:00	末広みつわ会館 (末広6の6)
4/12(水)	9:00~10:00	北斗町内会館 (末広6の3)
4/13(木)	9:00~10:00	末広公民館 (末広1の2)
4/17(月)	8:00~10:00	末広交友会館 (末広4の10)
4/18(火)	9:00~10:00	末広東つづじ会館 (末広東2の9)
4/19(水)	8:00~10:00	新星町内会館 (末広4の5)
4/19(水)	9:00~10:00	春光台団地集会所 (春光台4の5)
4/20(木)	9:00~10:00	東鷹栖公民館第一分館 (末広3の7)
4/20(木) 21(金)	9:00~10:00	春光台地区センター (春光台3の5)

他申込み不要。持ち物や検診料等は問い合わせを。大腸がん検診は、当日会場で受け付け。後日、便を提出
 ※旭川がん検診センター (末広東2の6 電話53・7111) でも受診可。希望者は同センターに申込みを。

健康推進課 電話25・6315

福祉コラム

還付金詐欺にご注意を

「医療費や保険料の還付金があり、締め切りが今日までです」「後で金融機関から電話があるので手続きをしてください」など、市職員を騙る不審な電話や訪問があったという相談が多数寄せられています。還付金の受け取りのために、公的機関や金融機関の職員がATMの操作を求めたり、高額なプリペイドカードの購入を求めたりすることは絶対にありません。不審な電話や訪問があった場合は、担当課までお問い合わせください。

還付金は、まず文書を郵送します。
 還付金の受け取りで次のようなことは絶対にありません！

- 金融機関から手続きの電話がくる ●ATMでの手続きを求める ●文書ではなく、電話や訪問だけで手続きをする ●還付手続きの締切を理由に、市から電話や訪問をする

【詳細】国民健康保険の医療費の還付は国民健康保険課 電話25・6247、保険料の還付は納税管理課 電話25・5917、後期高齢者医療制度は国民健康保険課 電話25・8536、介護保険料は介護保険課 電話25・5356

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料が年金から引き去りになる方へ

4月から、新たに各保険料が年金から引き去りになる方には、3月下旬に引き去り時期や保険料のお知らせを送付します。

既に年金から引き去りになっている方(口座振替の申込みをした方を除く)の4月・6月・8月引き去り分の保険料は、原則2月引き去り分と同額です。

※8月の保険料は変更の場合あり。

国民健康保険課 電話25・6247、後期高齢者医療被保険者は 電話25・8536

令和5年度介護保険料

65歳以上の方の令和5年度の年間保険料は、7月中旬に送付する納入通知書で確認してください。

特別徴収の方の介護保険料		
4月	仮徴収	原則、今年2月と同額を引き去り ※8月の保険料は変更の場合あり
6月		
8月		
10月	本徴収	7月に確定する年間保険料から仮徴収分を引き、残額を3回に分けて引き去り
12月		
来年2月		

65歳以上の方で、2月に支払われた年金から引き去り(特別徴収)された方は、原則として4月・6月・8月にも同額の保険料が引き去りされます。

なお、4月には徴収額の通知書を送付しません。年金から引き去りされない方は、7月~来年2月の計8回を納付書または口座振替で納めてください。

介護保険課 電話25・5356

健康

心の健康に関する催し

断酒会員による酒害相談 (予約不要)

4/6(木) 13:00~14:30

アルコール依存や飲酒に関してお困りの方とその家族
 健康推進課 (第二庁舎2階 電話25・6364)

精神科医師による心の健康に関する相談 (予約制)

4/26(水)

精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族
 事前に保健師の個別相談あり

健康推進課 (第二庁舎2階 電話25・6364)

夜間・休日の当番医は 北海道救急医療情報案内センター

一般電話からはフリーダイヤル 0120・20・8699
 携帯電話からは 011・221・8699

夜間急病センターの場所・診療時間
 市立旭川病院2階(金星町1 電話25・0297)
 午後10時~午前7時30分



まだ健診を受けていない旭川市国民健康保険にご加入の35~74歳の方

今年度の特定健診は 3 / 31(金)まで

特定健診は、20種類以上の病気のリスクが分かる検査です。8,000円相当の検査を500円(前年度市民税非課税世帯は無料)で受けることができます。通院している方も、年に1度は健診を受けましょう。

受診率が上がると国からの補助金が増え、皆さんの保険料の軽減につながります。1人でも多くの受診をお願いします。

特定健診の検査項目

- 身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査の他、医師による診察
- ※基準に該当する方のみ
- 心電図検査・眼底検査・貧血検査。



福祉・健康情報

高齢者・障害がある方を対象としたお知らせや健康に関する情報です

- 介護119番(高齢者総合相談) …… 電話25・9119
- 障害がある方の総合相談 …… 電話73・5936 電話73・5937
 開設日時は窓口によって異なります

受診の流れ

- ①受診したい医療機関に電話予約する
 - ②受診券と保険証を持って、医療機関へ行く
- ※受診券がない方には再発行しますので、国民健康保険課にお問い合わせください。

特定健診は、市内約110か所の医療機関で受診できます。受診可能な医療機関は、国民健康保険課に問い合わせるか、市庁で確認を。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、通常の診療時間と異なる場合がありますので、各医療機関に確認してください。

国民健康保険課 電話25・9841

福祉・保険

あん摩・はり・きゅうの助成券を交付

市が指定した、視覚障害があるあん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師から施術を受ける場合に、500円の助成券を年間8枚交付(使用は1回につき1枚)

市内に住む70歳以上の方(昭和29年4/1までに生まれた69歳の方を含む)

交付・使用期間 4/3(月)~来年3/29(金)

交付場所 長寿社会課(総合庁舎2階)、各支所・出張所、東部まちづくりセンター(豊岡3の3)

持ち物 住所・氏名・生年月日が確認できる身分証明書
 長寿社会課 電話25・6457

点訳奉仕員養成講習会

点字の読み書きなどの基礎を学ぶ 5/10~来年3/13の毎週水曜日(全35回) 13:30~15:30 定30人
 所申 5/6(土)までに旭川点字図書館(7の14 電話23・5555)

点字講習会

5/11~来年3/14の毎週木曜日(全35回) 10:00~12:00
 視覚障害がある方 定15人 所申 5/6(土)までに旭川点字図書館(7の14 電話23・5555)

糸のこ体験工作

木のキーホルダーなど、15分程度でできる物を作る
 4/22(土)・23(日)10:00~12:00、13:00~16:30
 他小学3年生以下は保護者同伴

天体を見る会「春の星と火星・金星・月の観測」

4/29(土)19:30~21:00 定50人(抽選)
 他雨・曇天時は解説のみ。中学生以下は保護者同伴
 申3/30(木)~4/19(水)

サイエンスセミナー「錯覚いろいろ」

錯視博士の工作と講演会 3/25(土)10:00~11:30
 定78人(抽選) 立命館大学教授 北岡明佳さん
 他小学3年生以下は保護者同伴 申3/20(月)まで

野鳥講演会

バードウォッチングから始まる地域の専門家「トコロジストになろう!」 4/8(土)13:30~15:00
 所大雪クリスタルホール(神楽3の7) 定150人
 詳日本野鳥の会旭川支部 柳田 63・3773

公民館 講座カレンダー

- 中央公民館…631・5218
- 永山公民館…48・1659
- 東旭川公民館636・1017
- 神楽公民館…61・6194
- 末広公民館…53・4311
- 江丹別公民館673・2230
- 東鷹栖公民館657・2622
- 神居公民館…61・2575
- 北星公民館…52・5545
- 新旭川公民館623・9299
- 愛宕公民館…632・3422
- 東光公民館…635・1708
- 西神楽公民館675・3112
- 春光台公民館653・5620
- シニア大学…625・0022

会場	日	講座名	内容・時間など
東光	3/22(水)	東光南地区 ふれあいサロン	外出が苦手な方の交流の場 13:00~15:00 東光地域にお住まいの方
神居	4/6(木)~ 来3/21(木)	男の体操教室 (全21回)	体力・筋力に合った日常動作や軽体操 原則第1・3木曜日13:30~15:00 65歳以上の男性 定25人 申3/20(月)から
	5/9(火)~ 来2/6(火)	神居女性学級 (全10回)	一般教養や健康などの講座、実習ほか 火曜日1回午前または午後 女性 定30人 料2,500円 申3/20(月)から
	5/11(木)~ 来2/8(木)	神居女性大学 (全14回)	一般教養や健康などの講座、実習ほか 木曜日1~2回午前または午後 女性 定40人 料2,000円 申3/20(月)から
愛宕	4/20(木)~ 来3月	さうんど~高齢男性 のための運動倶楽部 (全24回)	豊岡・東旭川・千代田地域包括支援センター職員の指導によるストレッチや 体力測定 木曜日2回10:00~11:30 70歳以上の男性 定40人 申3/20(月)から
	5/18(木)~ 来2/15(木)	あたご市民大学 (全10回)	一般教養や健康などの講座、実習ほか 原則第3木曜日10:00~12:00 (一部午後もあり) 定40人 申4/6(木)10:00から
西神楽	4/22(土)・ 5/13(土)・ 27(土)	終活・相続講座 (全3回)	元気が出る後半人生のヒント 10:00~12:00 定40人 料1,000円 元気が出るお金の相談所所長 安田まゆみさん 申3/20(月)から
	神楽	4/30(日)	木楽輪・夢コンサート
神楽	5/9(火)~ 12/5(火)	神楽市民大学 (全14回)	健康・自然・歴史などの講座、館外学習 原則第2・4火曜日10:00~12:00 定50人(抽選) 料2,000円 申4/13(木)からの10:00~12:00に本人が来館
	永山	5/10(水)~ 11/8(水)	市民講座(全12回)
北星	5/11(木)~ 12/7(木)	女性学級ひまわり (全13回)	一般教養などの講座、館外学習 原則第2・4木曜日10:00~12:00 女性 定30人 料3,000円 申4/13(木)からの10:00~12:00に料金を添えて来館
春光台	5/16(火)~ 来2/6(火)	市民学級(全10回)	一般教養や健康などの講座、実習ほか 原則火曜日1回10:00~12:00 対大人 定30人 料3,000円 申4/3(月)~14(金)

図書館

◆中央=常磐公園 22・4174 ◆永山=永山3の19 47・8080
 ◆神楽=神楽3の6 61・6711 ◆東光=東光6の4 39・3939
 ◆末広=末広3の2 54・7111
 特別整理休館日 自動車文庫=3/31(金)まで

中央 アフタヌーンシネマ「イースター・パレード」

イースターを彩る歌とダンス。華やかなミュージカル作品 3/26(日)15:00~17:00 定30人
 申3/15(水)から電話か来館

ミニギャラリー「12年目の3・11」展

旭川など道内外から13人のアーティストが、東日本大震災へのそれぞれの思いを作品とメッセージに込めて展示 4/1(土)~27(木)

春の企画展示「人物で振り返る旭川」

郷土の歩みを人物に焦点を当てながら、当館収蔵の書籍や資料で振り返る 4/1(土)~7/14(金)

井上靖記念館

春光5の7 51・1188

企画展 ギャラリートーク

企画展「井上靖の文学碑-碑が語ること-」の展示解説 3/25(土)13:30~14:30 定20人 申随時

科学館(サイパル)

宮前1の3 31・3186

申込みは、受付開始日の9:00から科学館
 または来館で受け



4月のプラネタリウム

日・幼児番組「わんわんわん」=11:10から、14:10から
 ●一般番組「太陽と月」=13:10から、16:10から
 ●ドームシアター「オーロラの調べ」=15:10から
 定各170人 料プラネタリウム観覧料 申団体のみ要申込

たいけんラボ「やってみようレーザー加工機」

レーザー加工のコースター作り
 4/15(土)・22(土)13:30~14:30、15:30~16:30
 対小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
 定各5人(抽選) 料100円 申4/3(月)まで

学び・文化情報

休館日は各施設にお問い合わせください

野外彫刻ファイル

神田比呂子「トランペットのおんな」

身近な人物をモデルとした像は、穏やかな印象を与える。今にも演奏が始まりそうな動きが表現されており、トランペットの精巧さにも驚かされる



平成7年制作・ブロンズ製・高さ158cm・大正橋公園に設置

大雪クリスタルホール 神楽3の7 69・2000

コンサートボランティア募集

同ホールで行われる演奏会での、チケットの回収やプログラムの配布、座席の案内ほか
 定20人 他詳細は問い合わせを 申同ホールにある応募用紙に記入し、3/28(火)までに同ホール

博物館

神楽3の7 69・2004

申込みは、受付開始日の9:00から電話で受け。
 小学3年生以下は保護者同伴

講演会「旭川のアイヌ語地名・知里幸恵さんの夢~北海道の本当の歴史をもとめて」

アイヌ語地名表記や、アイヌ文化振興の取組みについて
 3/21(火)14:00~16:00 対大人 定30人
 講北海道大学名誉教授 小野有五さん

春休みイベント「アイヌ文様プラ板ストラップ」

3/25(土)13:30~15:00 定20人

はじめてのアイヌ文様木彫り講座

写真などを飾る額にアイヌ文様を彫刻
 3/26(日)10:00~15:00
 対小学4年生以上 定10人
 講旭川アイヌ協会 他昼食持参 申3/21(火)から





60歳以上の方を対象に、一般教養、実技、健康づくり等の講座を開講。
百寿大学は1年制で継続可能。シニア大学は4年制



※☒がないものは10:00から、または13:00から。本人と記載のないものは代理人の申込みも可。

会場	日時	時間・定員・料金・申込
神楽	「神楽百寿大学」 5/19～来年2/16 第1・3・5金曜日	定 36人 料 3,000円 申 4/11(火)9:00～15:00に本人または家族が来館 (8:45から整理券を配布)
	「緑が丘百寿大学」 5/12～来年2/9 第2・4金曜日	定 36人 料 3,000円 申 4/12(水)9:00～15:00に本人または家族が来館 (8:45から整理券を配布)
中央	5/11～来年2/8 原則木曜日・月2回	☒ 9:30～15:00 定 30人 (抽選) 料 5,000円 申 4/11(火)・12(水)9:00～15:00に本人が電話か来館
永山	5/11～来年2/8 原則木曜日・月1～2回	☒ 9:30～15:00 定 56人 料 5,000円 申 4/13(木)9:00～15:00に電話か来館
東旭川	5/11～来年1/11 原則木曜日・月2回	定 50人 料 4,000円 申 4/5(水)～20(木)9:00～15:00に来館
末広	4/25～来年2/13 原則火曜日・月2回	定 50人 (抽選) 料 2,500円 申 4/4(火)～6(木)9:00～15:00に来館
江丹別	4/26～来年1/24 原則水曜日・月2回	定 30人 料 2,000円 申 4/3(月)9:00から来館
東鷹栖	4/20～来年1/25 原則木曜日・月2回	☒ 10:00～15:00 定 30人 料 2,000円 申 4/3(月)～7(金)9:00～15:00に来館
東鷹栖 第1分館	「しのめ百寿大学」 4/18～来年1/23 原則火曜日・月2回	☒ 10:00～15:00 定 30人 料 2,000円 申 4/3(月)～7(金)9:00～15:00に東鷹栖公民館に来館、4/4(火)10:00～11:00に第1分館に来館
神居	5/10～来年2/7 原則水曜日・月2回	定 40人 料 4,000円 申 4/12(水)10:00～15:00に来館
北星	5/9～12/12 原則火曜日・月2～3回	定 70人 料 3,000円 申 4/14(金)10:00～11:30に本人が来館
新旭川	5/11～12/14 原則木曜日・月2回	☒ 9:30～15:00 定 15人 料 3,000円 申 4/5(水)～19(水)9:00～15:00に本人が来館
愛宕	5/10～来年2/7 原則水曜日・月2回	定 38人 料 5,000円 申 4/5(水)～12(水)10:00～15:00に来館
東光	5/10～来年2/14 原則水曜日・月2回	☒ 9:30～15:00 定 40人 料 5,000円 申 4/10(月)～14(金)9:00～15:00に本人が来館
西神楽	5/9～来年2/6 原則火曜日・月2回	定 20人程度 料 5,000円 申 4/3(月)～14(金)9:00～15:00に本人が来館
春光台	5/12～来年2/2 原則金曜日・月2回	☒ 9:30～15:00 定 25人 料 2,000円 申 4/3(月)～14(金)9:00～15:00に本人が来館
シニア	5/9～来年2/8 原則火曜日・月2回	☒ 10:00～15:00 定 35人 料 5,000円 申 4/4(火)・5(水)10:00～16:00、4/6(木)10:00～12:00に本人が同大学