生きがいづくりのために

① 老人クラブ

老人クラブでは，高齢者の皆さんの生活を健康的で活力あるものにするために，趣味や健康づくりの活動やボランティア活動を行っています。

老人クラブには，おおむね60歳以上であれば，どなたでも自由に入会できます。お気軽にご連絡ください。

また，老人クラブ連合会では，毎年，パークゴルフ大会やペタンク大会，カラオケ交流会を開催しているほか，社会奉仕活動などの各種事業を実施しています。

老人クラブの活動として，ひとり暮らしの方（65歳以上）や病弱な高齢者夫婦などを訪問するなどし，安否を気遣い，高齢者相互で見守りを行っています（実施していない老人クラブもあります。）。

※詳しくは，最寄りの老人クラブ
又は，旭川市老人クラブ連合会事務局へ　電話26－1111（内線5318）

② 高齢者いこいの家

高齢者いこいの家は，高齢者が一日を楽しく過ごし，友人との交流を深めるための場として，おおむね60歳以上の方が利用できる施設です。

※詳しくは，最寄りの高齢者いこいの家
又は，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

③ 活動と交流の場

(1) 老人福祉センター

趣味の講座（民謡，踊り，ダンス，陶芸など）や健康相談などを行っている高齢者専用のセンターです。60歳以上の方であれば，どなたでも無料で利用できます。

利用時間：午前９時30分～午後４時30分
休 館 日：日曜日，敬老の日を除く祝日，年末年始
◎北部老人福祉センター　春光２条７丁目　　電話54－5125
◎東部老人福祉センター　東旭川南１条６丁目　電話36－2287
※詳しくは，各老人福祉センター
又は，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

(2)いきいきセンター

高齢者の皆さんの健康・生きがいづくりのためのセンターです。世代間交流のために利用することもできます。

◎いきいきセンター新旭川　新富１条２丁目　電話27－2287

利用時間・料金

60歳以上：火～土曜日…午前９時～午後５時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一　　般：火～土曜日…午後６時～午後９時，日曜日・祝日…午前９時～午後９時
大人220円，高校生150円，中学生以下無料
※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休 館 日：敬老の日を除く月曜日，年末年始

◎いきいきセンター永山　永山３条19丁目　電話47－6060

利用時間・料金

60歳以上：月～土曜日…午前９時～午後５時・無料（一般の曜日（日曜日）で利用する場合は150円）

一　　般：日曜日…午前９時～午後５時
大人220円，高校生150円，中学生以下無料
※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休 館 日：敬老の日を除く祝日，年末年始

◎いきいきセンター神楽　神楽４条８丁目　電話61－0520

利用時間・料金

60歳以上：火～土曜日…午前９時～午後５時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一　　般：火～土曜日…午後６時～午後９時，日曜日・祝日…午前９時～午後９時
大人220円，高校生150円，中学生以下無料
※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休 館 日：敬老の日を除く月曜日，年末年始

※詳しくは，各いきいきセンター
又は，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

(3)近文市民ふれあいセンター

集会室や娯楽室などがある高齢者交流センター，卓球やバドミントンができる多目的ホール，長さ25メートルの温水プールがあります。

◎高齢者交流センター

利用時間・料金

60歳以上：月～金曜日…午前９時～午後５時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一　　般：月～金曜日…午後６時～午後９時・有料
土・日曜日，祝日…午前９時～午後９時・有料

休 館 日：第２・４月曜日（祝日の場合は，その翌日），年末年始

◎多目的ホール

利用時間・料金

一　　般：午前９時～午後９時・有料

休 館 日：高齢者交流センターに同じ

◎温水プール

利用時間・料金

一　　般：午前10時～午後９時・有料

休 館 日：高齢者交流センターに同じ

※詳しくは，近文市民ふれあいセンター　近文町15丁目　電話55－3200
又は，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

(4) ときわ市民ホール

ときわ市民ホールは，女性や勤労青少年，高齢者，障がい者，ボランティアなど，市民の皆さんの様々な活動や交流の場として設置された施設です。利用する団体及び利用目的により，利用料金が定められています。

開館時間：午前９時～午後10時

休 館 日：12月を除く毎月末日及び12月28日（当該日が土曜日のときは前日，日曜日のときは前々日），12月29日～１月４日

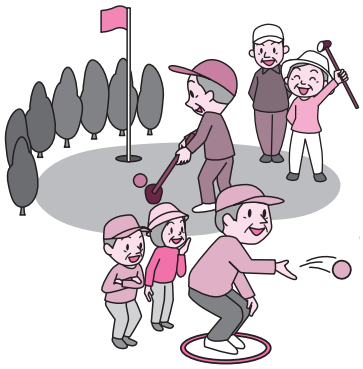
※詳しくは，ときわ市民ホールへ　５条通４丁目　電話23－5577

4 行事・イベント

(1) 長寿健幸競技会

高齢者を対象に，ニュースポーツを取り入れ，体験会形式の学びの場として長寿健幸競技会を開催します。

※詳しくは，長寿社会課 高齢者支援係へ
電話25－6457



(2) パークゴルフ大会・ペタンク大会・カラオケ交流会

高齢者相互の親睦と健康増進を図るため，毎年，老人クラブ連合会主催により，パークゴルフ大会，ペタンク大会，カラオケ交流会を開催しています。

※詳しくは，旭川市老人クラブ連合会事務局
電話26－1111（内線5318）
又は，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

(3) 高齢者文化祭

毎年，市と老人クラブ連合会との共催により，高齢者の趣味を生かし，絵画，書，工芸品，写真の作品展示と老人クラブ等の団体による芸能発表を行っています。

※詳しくは，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

5 スポーツ・運動

(1) 各種スポーツ教室

体力・健康増進や仲間づくり等を目的として，肩こり腰痛予防教室や太極拳教室の実施を予定しています。

※詳しくは，リクルートスタッフィング　リック＆スー旭川体育館（旭川市総合体育館）旭川市スポーツ協会へ
花咲町５丁目　電話51－4545

(2) ゲートボール・パークゴルフのお問合せ

ゲートボール，パークゴルフについてのお問合せ先は，次のとおりです。

○ゲートボール初心者募集，毎週火曜日（午前11時）に随時開催（東豊公園体育館）

※詳しくは，旭川ゲートボール連合事務局へ　電話090－1640－6573（石田）

○河川敷にあるパークゴルフ場の利用

※詳しくは，グリーンテックス株式会社へ　電話57－8552

○公園にあるゲートボール場，パークゴルフ場の利用

※詳しくは，旭川市公園緑地協会へ　電話52－1934

○その他

パークランド嵐山は，電話63－0044（センターハウス）へ

旭川市21世紀の森せせらぎ交流広場パークゴルフ場は，電話76－2454（総合案内所）へ

(3) ニュースポーツ出前講座

市民の健康づくりやスポーツ活動の活性化を目的として，地域の方々にニュースポーツ出前講座を無料で行っています。講師派遣のほか用具の貸出案内も行っています。

ニュースポーツは，ボッチャ・フロアカーリング・キンボール・四面バレーなど，技術やルールが比較的簡単で，いつでも・どこでも・だれでも楽しむことができるレクリエーション性の高いスポーツです。

お気軽にお問い合わせください。

※詳しくは，スポーツ推進課へ　電話23－1944

6 敬老会

９月15日の老人の日を中心に，77歳以上（その年度内に77歳になる方を含む）の方を対象とした敬老祝賀会を開催する地域の社会福祉協議会や市民委員会などに，補助金を交付します。

また，年度内に77歳に到達される方については，長寿祝金として5,000円を贈呈いたします。

※詳しくは，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

7 高齢者バス料金助成事業（寿バスカード）

70歳以上（その年度内に70歳になる方を含む）で，バスの利用が可能な方に，市内及び隣接町で，旭川市が認めた停留所の乗降に限り，旭川電気軌道・道北バス・空知中央バスの路線バス（定期観光バス・都市間バス等を除く）・沿岸バス，及び旭川中央交通の運行する東旭川地域のオンデマンド型交通を，一乗車につき100円（身体障害者手帳又は療育手帳の交付を受けている方は50円）の負担で利用できる乗車証（寿バスカード）を交付しています。有効期限は毎年６月１日から翌年５月31日までとなっています。

寿バスカードは交付を受ける際に2,000円（身障者等は1,000円）を負担していただきます。

なお，７月以降に交付を受ける場合は，2,000円の負担が減額されます。

また，路線バスのない東旭川町桜岡にお住まいの方に限り，寿バスカードの代わりにＪＲ乗車券（8,000円以内）を選択することもできます。

※詳しくは，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

⑧ 旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業

旭川市では，市内企業等の御協力をいただき，運転に不安を感じる高齢者が免許証を返納しやすい環境を整え，高齢者による交通事故を防ぐため，「高齢者運転免許証自主返納サポート事業」を行っています。

「運転経歴証明書」の交付を受けた65歳以上の旭川市民が，市内のサポート事業協力店舗等を利用した際に「運転経歴証明書」を提示することで，さまざまな特典を受けることができます。

サポート事業協力店一覧及び特典内容については，次のページをご覧ください。

【旭川市ホームページ】

「旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業」

掲載場所：トップページ＞MENU＞くらし＞防災・安全＞交通安全・防犯
＞交通安全＞旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業

URL：https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/320/327/327002/d064742.html

※詳しくは，防災安全部 交通防犯課へ　電話25－6215

【運転経歴証明書に関する問い合わせ】

詳しくは，旭川運転免許試験場へ　電話51－2489

⑨ 長寿社会生きがい振興事業

長寿社会生きがい振興事業は，市民の皆さんから寄せられた寄附金と，市の積立金を合わせて設置されている「旭川市長寿社会生きがい基金」を利用して行われる事業です。

高齢者の方々が地域の皆さんと支え合い，心豊かに暮らしていくことを目標に，高齢者の生きがい活動や，地域の皆さんやボランティアが行う福祉活動などに要する費用を補助しています。

現在，各地域でひとり暮らしの高齢者宅を訪問し，安否を確認するとともに，はげましや親睦を深める活動などがすすめられています。

※詳しくは，長寿社会課 高齢者支援係へ　電話25－6457

⑩ 百寿大学，シニア大学

60歳以上の方を対象として，市内の各公民館で百寿大学を，またフィール旭川（１条通８丁目）７階ではシニア大学・大学院（大学院は令和７年度まで）を開設しています。各大学では，生涯にわたって学び続けることの喜びを体験しながら，生きがいのある人生観の確立と社会参加を目指して，月２回程度集まって学習します。

※詳しくは，お近くの公民館又はシニア大学へ

中央公民館	電話31－5218	永山公民館	電話48－1659	東旭川公民館	電話36－1017
神楽公民館	電話61－6194	末広公民館	電話53－4311	江丹別公民館	電話73－2230
東鷹栖公民館	電話57－2622	神居公民館	電話61－2575	北星公民館	電話52－5545
新旭川公民館	電話23－9299	愛宕公民館	電話32－3422	東光公民館	電話35－1708
西神楽公民館	電話75－3112	春光台公民館	電話53－5620	シニア大学	電話25－0022

⑪ シルバー人材センター

シルバー人材センターでは，旭川市在住の働く意欲がある方（60歳以上）に，臨時的，短期的又は軽易な仕事を紹介しています。シルバー人材センターは，会員登録制です。

なお，シルバー人材センターでは，次のような軽易な仕事を実施しています。

費用は，仕事の内容等により異なりますので，ご相談ください。

◎シルバー人材センターの主な仕事

- 除草，草刈
- 軽作業，冬囲い，冬囲い外し，除雪
- 家事サービス
- 日曜大工
- 宛名書き
- 庭木の剪定（樹高が４ｍ以下）

※詳しくは，公益社団法人 旭川市シルバー人材センターへ
春光町3639番４　電話51－1600

⑫ 図書宅配サービス

図書館の図書・雑誌・ＣＤ・ビデオ等を，ボランティアがお届けするサービスを実施しています。

利用できる方は，旭川市内に居住している，原則として65歳以上の方で，おひとりでは来館が困難な方です。

おひとり，図書・雑誌あわせて10冊，ＣＤ・ビデオあわせて３点まで，２週間借りることができます。

※詳しくは，旭川市中央図書館（宅配担当）へ
常磐公園　電話22－4174

⑬ 施設利用等の割引・無料見学

高齢者の方を対象に，市有施設等の利用割引及び無料見学を実施しています。

いずれも，健康保険証や免許証など年齢のわかるものを受付でお見せください。

◎旭山動物園の無料利用

70歳以上の旭川市民は，無料で利用できます。

※詳しくは，旭川市旭山動物園（東旭川町倉沼）へ　電話36－1104

◎北海道立旭川美術館の無料利用

65歳以上の方は，所蔵品展のみ無料で北海道立旭川美術館を利用できます。

※詳しくは，北海道立旭川美術館へ　常磐公園内　電話25－2577

◎科学館・博物館・彫刻美術館・井上靖記念館の観覧料割引

70歳以上の旭川市民は，１／２の負担で観覧をすることができます。

※詳しくは，各施設へ

旭川市科学館	宮前１条３丁目	電話31－3186
旭川市博物館	神楽３条７丁目	電話69－2004
中原悌二郎記念旭川市彫刻美術館	春光５条７丁目	電話46－6277
井上靖記念館	春光５条７丁目	電話51－1188