

# 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、健康に関する情報です

●高齢者の介護に関する相談  
☎25・9119

●障害がある方の総合相談  
☎73・5936 FAX73・5937

開設日時は窓口によって異なります

●夜間急病センターの場所・診療時間が変わりました  
市立旭川病院2階(金星町1 ☎25・0297)・午後10時～午前7時30分

**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



旭川市医師会

## 国保特定健診とがん検診を土日の早朝に受診できます

国保特定健診(後期高齢者医療健診)とがん検診を同時に受診できる「セット型健診」を、土・日曜日の朝7時から実施します。また、希望者には、身体年齢や健康度、運動消費カロリー等を知ることができる部位別筋肉量・脂肪量も測定します。平日や日中に時間が取れない方は、健康を守るために、ぜひ受診しましょう。

【詳細】国民健康保険課☎25・9841

実施日 12/7(土)・15(日)  
7:00~11:00

実施場所 第二庁舎3階

定員 各日約100人

所要時間 1~2時間

※健診内容によって異なります。

自己負担額 ●特定健診=500円(または無料) ●後期高齢者医療健診=無料 ●胃がん検診=国保300円



●肺がん検診=国保200円(喀痰検査は200円増し) ●大腸がん検診=国保300円

持ち物 特定健診受診券、健康保険証、自己負担額

その他 特定健診・後期高齢者医療健診は市内の医療機関でも受診可

【申込】実施日の1週間前までに、旭川がん検診センター☎53・7111

### 道北がん診療連携拠点病院 共同開催市民公開講座「がん治療最前線」

☎11/23(土) 13:30~15:30  
函大大雪クリスタルホール(神楽3の7) ☎旭川厚生病院☎38・2201、旭川医科大学病院☎69・3231、市立旭川病院☎24・3181

### 12/1は「世界エイズデー」 休日エイズ検査(無料)

☎11/30(土) 14:00~16:30  
函シニア大学(1の8 フィール旭川7階)  
☎検査は匿名。希望者は予約可。結果は60分以内に判明  
☎エイズ専用相談電話(健康推進課内) ☎26・8120

### 福祉・保険

#### 11/18~12/2は介護保険料「普通徴収」の方の第5期の納期です

普通徴収の方の保険料の納入は、口座振替が便利です。特別な事情で納められない方のために、保険料の減額や支払い猶予の制度があります。  
☎介護保険課☎25・5356

#### 聴覚障がいのある子への医療・教育・福祉に関する講演会

☎当事者や家族、医師による、手話・子育て・医療の講演、意見交換  
☎12/1(日) 13:00~15:00  
☎お呼びつた(宮前1の3) ☎50人  
☎11/25(月)までに障害福祉課☎25・6476、☎24・7007

### 食事と健康展「外食の工夫」

☎11/26(火)・27(水) 10:00~14:00  
☎函市立旭川病院栄養給食科(金星町1 ☎24・3181)

### 心の健康に関する催し

いずれも初めてのの方は、事前に保健師の個別相談あり。申込みは健康推進課☎25・6364

☐精神科医師による心の健康に関する相談(予約制)

☎12/18(水) ☎第二庁舎2階  
☎精神科・心療内科への通院歴がない方、その家族

☐つむぎ会(ひきこもり親の会)

☎12/19(木) 14:00~15:30  
☎第三庁舎保健所棟1階  
☎おおむね20~40歳代の引きこもり当事者の家族

☐旭川自死遺族わかちあいの会

☎12/20(金) 13:30~15:00  
☎第三庁舎保健所棟1階  
☎自死遺族の方

### 健康

#### 特定健診・後期高齢者医療健診とがん検診を併せたセット型健診

☎☎①12/2(月)=西神居会館(神居町神居古潭)  
②12/3(火)~5(木)=JAたいせつ本所(東鷹栖1の3)  
☎各実施日の1週間前までに①旭川がん検診センター☎53・7111、②旭川厚生病院健康推進課☎33・7171  
☎国民健康保険課☎25・9841、後期高齢者医療健診は☎25・8536

#### がん患者サロンひまわりミニセミナー「乳がん手術後の下着について」

☎11/27(水) 13:00~15:00  
☎がん患者とその家族  
☎☎電話か、住所・氏名・電話番号を記入してファックスで、市立旭川病院がん相談支援センター(金星町1 ☎24・3181、☎25・8370)

#### 地域包括支援センターに 保健師や社会福祉士などの専門職が高齢者の介護や福祉などの相談に応じます。詳細は長寿社会課☎25・5273

センター名	住所	電話番号
中央	1の9	23・6022
豊岡	豊岡3の3(東部まちづくりセンター内)	35・2275
東旭川・千代田	東旭川北1の6(東旭川支所内)	36・5577
東光	東光5の2(東部住民センター内)	76・6020
新旭川・永山南	永山2の5	40・3003
永山	永山3の19(永山市民交流センター内)	40・2323
末広・東鷹栖	東鷹栖4の3(東鷹栖地域センター内)	76・5065
春光・春光台	春光5の4(北部住民センター内)	54・1165
北星・旭星	川端町6の10	46・6500
神居・江丹別	神居2の10	76・5511
神楽・西神楽	緑が丘東3の1(緑が丘地域活動センター内)	66・5351

休館日は各施設にお問い合わせください

きたむら せいぼう  
北村西望「永山武四郎像」

北海道開拓に功勞のあった人を顕彰するための作品。永山武四郎は北海道庁長官、第七師団長を務めるなど旭川につながるの深い人物

昭和42年制作・ブロンズ製  
高さ2.94m・常磐公園入り口に設置



大雪クリスタルホール自主文化事業

## 金山 聡 ~フルートの贈りもの

とき 2/2(日) 14:00開演

ところ 大雪クリスタルホール  
(神楽3の7)

料金 一般=1,800円、小学生~大学生  
・専門学校生・障害者手帳をお持ちの方  
=1,000円

※当日券は500円増し。未就学児は入場  
不可。託児あり(要申込)。

チケット販売所

12/2(月)から、カワイ旭川ショップ、玉  
光堂、ヤマハミュージック、ポテトサー  
ビスセンター、コーチャンフォー旭川店  
ミュージックコーナー、同ホールほか

【詳細】大雪クリスタルホール☎69・2000



## ACAG '19



高校生~39歳の方から公募した、多  
様なジャンルの作品を展示します。

とき 12/20(金)~25(水)

10:00~19:00

ところ 市民文化会館(7の9)

【詳細】市民文化会館☎25・7331

### 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から電話で受  
け付けます



#### 12月のプラネタリウム (12/24~来年1/15を除く)

①冬の流れ星

②クリスマスのふしぎ(幼児向け)

③ドームシアター「見えない宇宙を  
探る ダークユニバース」

回・平日=①13:10から、15:40  
から ②11:00から ③14:30から

●土・日曜日、祝日=①10:10から、  
13:10から、15:40から ②11:  
20から ③14:30から

料プラネタリウム観覧料

甲団体のみ要申込

※上映スケジュールは変更になる場  
合あり。



#### ミニギャラリー「中央公民館 魚拓展&押し花アート展」

☑旭川魚拓の会と押し花サークルラ  
ベンダーの会による作品展

回11/30(土)~12/26(木)

#### 民話の絵本で世界を旅する~北欧編

☑民話の絵本をスクリーンに映して  
読み聞かせ

回12/8(日) 13:30~14:30

◇東光 東光6の4 ☎39・3939

#### ふゆのおはなし会

☑旭川おはなしの会による素語り

回12/8(日) 11:00~11:45

◇神楽 神楽3の6 ☎61・6711

#### クリスマス工作会

☑松ぼっくりのクリスマスツリー作  
り

回12/8(日) 10:30~11:30

☑小学生以下 回25人

甲11/19(火)から

#### 絵本サークル「ののはな」による

#### 大人のための絵本読み語り

回12/11(水) 11:00~12:00

◇末広 末広3の2 ☎54・7111

◇永山 永山3の19 ☎47・8080

### 大雪クリスタルホール

神楽3の7 ☎69・2000

#### DVDサロンコンサート

「多彩な切り口による音楽の楽しみ」

☑映画「アメリカ交響楽」 回12/  
28(土) 13:30~16:00 回150人

☑北海道教育大学旭川校准教授 木  
村貴紀さん 甲11/20(水)から

### 図書館

◇中央 常磐公園 ☎22・4174

#### 企画展示「人物でふりかえる旭川」

☑著名人の足跡を図書館所蔵の資料  
とともに紹介 回2/28(金)まで

#### アフタヌーンシネマ

#### 「サンドラの週末」

☑復職できるよう、同僚の説得に奔  
走する女性を描いた映画

回11/24(日) 15:00~17:00

#### クリスマスおはなしのおくりもの

☑旭川おはなしの会による素語り

回12/1(日) 11:00~11:45

#### 絵本サークル「ののはな」による

#### 大人のための絵本読み語り

回12/5(水) 11:00~12:00

内容 日時 会場 対象 定員 料金  
 講師 その他 申込 詳細 HPホームページ  
 料がない場合は申込・料金不要。抽選の記載がなければ先着順

### 子ども科学博士「砂糖の科学」

内容 砂糖を使った実験や菓子作り  
 日 12/27(金) 10:00~11:30  
 対 小学1~3年生と保護者  
 定 12組(抽選)  
 料 1組200円  
 申 12/14(土)から

### LEGOブロック教室 「旭山動物園のペンギン」

日 来年1/8(水) 10:00~11:30、12:30~14:00  
 対 小学1~3年生  
 定 各回30人  
 申 12/14(土)~21(日)

## 博物館

神楽3の7 画69・2004

申込みは、受付開始日の9:00から電話で受け付けます



### 企画展「時を超えて私の旭川〜森脇啓好写真展」ギャラリーートク

内容 写真家の森脇啓好さんによる解説ほか  
 日 12/14(土) 13:30~15:00  
 対 大人  
 定 20人  
 料 常設展示室観覧料  
 申 11/28(木)から

### 正月飾りを作ってみよう

内容 和紙や水引、麻ひもなどを使った正月飾り作り  
 日 12/14(土) 13:30~15:00  
 対 小学4年生以上  
 定 10人  
 料 100円  
 申 11/29(金)から



## 彫刻美術館

春光5の7 画46・6277

### 子ども彫刻教室「鑄造体験!〜金属でつくる自分だけのかたち」

内容 キーホルダー作り  
 日 12/21(土) 10:00~15:00  
 対 小学5年生~中学生 定15人  
 料 400円 講師 彫刻家 椎名澄子さん  
 他 昼食・エプロン・軍手・筆記用具持参  
 申 電話で11/20(水)9:00から

### サイエンスセミナー

「ブラックホール〜最近の成果から」  
 日 12/8(日) 14:00~16:00  
 定 100人  
 講 国立天文台副台長 渡部潤一さん  
 申 11/20(水)から



### スタンドグラス風切り絵の制作

日 12/12(木) 10:00~12:00  
 対 大人  
 定 10人  
 申 11/26(火)からサイエンスボランティア旭川画31・3016

### キッズ電子工作

「光と音のクリスマスツリー」  
 日 12/22(日) 9:30~12:30  
 対 小学4年生~中学生  
 定 10人(抽選)  
 料 1,000円  
 申 12/7(土)~13(日)



### 親子かんたん電子工作室

「はんだ付け不要かんたんラジオ」  
 日 12/24(火) 10:00~12:00  
 対 小学1~3年生と保護者  
 定 10組  
 料 1組2,600円  
 申 12/7(土)~13(日)

### ジュニア木工教室

「ミニシェルフの製作」  
 内容 B6判の本が入る棚作り  
 日 12/27(金) 10:00~12:00  
 対 小学4年生~中学生  
 定 16人  
 料 500円  
 申 12/14(土)~20(日)

### 北海道環境フォーラム

内容 映画「生きとし生けるもの」の上映、講演会  
 日 11/22(金) 18:00から  
 定 50人  
 講 映画監督 今津秀邦さん、旭山動物園園長 坂東 元さん

### 冬のサイエンススタジオ

「理科遊び・工作体験ひろば」  
 内容 実験「圧電ポン」、パワーストーンの標本作りほか  
 日 11/24(日) 10:00~16:00  
 定 工作100人



### 星の教室

「宇宙元素合成 星くずと私たち」  
 日 11/24(日) 14:00~16:00  
 対 小学生以上 定100人  
 講 サイエンスボランティア旭川 松岡 亮さん

### 木のクリスマスツリーを作ろう

日 12/6(金) 10:00~12:00  
 対 大人  
 定 10人  
 申 11/26(火)からサイエンスボランティア旭川画31・3016

### 天体を見る会

内容 海王星・天王星・月  
 日 12/14(土) 19:00~20:30  
 他 雨・曇天時は解説のみ。中学生以下は保護者同伴

### 大人のための電子工作

「空中に文字が浮かぶ扇風機」  
 日 12/15(日) 10:00~15:00  
 対 大人 定5人(抽選)  
 料 2,500円  
 申 11/27(水)~12/3(火)

### 親子木工教室「ミニ小物入れの製作」

日 12/21(土) 9:40~12:10  
 対 小学3~4年生と保護者  
 定 10組  
 料 1組1,000円  
 申 12/7(土)~13(日)

その他の講座

かでの講座（インターネット中継）

「志ある若者を育てるには」

日12/10(火) 13:30~15:30

所常磐館（常磐公園）

講北海道大学名誉教授

松井博和さん

道民カレッジ連携講座

北海道生涯学習協会

☎011・204・5780

井上靖記念館 青少年エッセーコンクール優秀作品展

日12/14(土)~来年1/26(日)

料同館観覧料

井上靖記念館

青少年エッセーコンクール表彰式

審査員長・詩人の吉増剛造さんの講評、受賞者の作品朗読

日12/15(日) 10:30から

申電話で同館

井上靖記念館

春光5の7 ☎51・1188

短編小説を読む「あすなる物語」

井上靖作品の朗読と解説

日12/7(土) 13:30~15:00

定20人

他朗読は井上靖ナナカマドの会、解説は平野武弘さん

申電話で同館

公民館 講座カレンダー

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

日	講座名	会場	内容・時間など
11/18(月)~12/14(土)	パッチワーク作品展	東光	東光公民館サークル「パッチワークアイリス」による作品展 日10:00~17:00 他11/30(土)のみ作品を販売
11/25(月)	高齢者「いどばたサロン」	神居	仲間づくりの交流の場 日13:30~15:00 75歳以上の方 料100円
11/27(水)	公民館地域フォーラム	西神楽	同館の事業運営や地域課題についての意見交換ほか 日13:30~15:00
12/1(日)~14(土)	サークル公開・体験週間	北星	お問い合わせを 申11/20(火)から同館
12/3(火)	大人の福祉講演会	東鷹栖	日10:00~12:00 定50人 申11/20(火)から同館
12/5(木)	シニア大学院公開講座「南極物語」	シニア	日10:30~12:30 定20人 講元南極越冬隊 古崎 睦さん 申11/22(金)からの10:00~16:00に同大学
12/5(木)	しめ飾り教室	東旭川	日13:30~15:30 大人 定40人 料1,300円 申11/20(火)~29(金)に同館
12/7(土)	素敵なラッピングで楽しい暮らし	シニア	日13:00~15:00 定20人 料1,000円(当日キャンセルでも料金発生) 講ラッピングインストラクター 小川未代さん 申11/20(火)からの10:00~16:00に同大学
12/7(土)	年賀状作りに挑戦	永山	墨絵と篆刻で年賀状の元絵作り 日10:00~12:00 定20人 講墨絵詩書家 小林白炎さん 申11/20(火)から同館
12/7(土)	そば打ち体験	西神楽	日10:00~13:30 大人 定16人 料1,500円 申11/29(金)までに同館
12/9(月)	みんなで楽しいおせち作り	末広	4品の創作おせち料理作り 日10:00~13:00 大人 定24人 料1,500円 講宮川家庭料理教室主宰 宮川千枝子さん 申11/20(火)から同館
12/12(木)	市民講座「しめ飾りづくり」	神居	日10:00~12:00 定20人 料1,100円 申12/3(火)までに同館
12/12(木)	公民館地域フォーラム	神楽	公民館の運営について考える 日13:30~15:00 定10人 申11/20(火)から同館
12/13(金)	タブレットに挑戦Ⅱ	シニア	日10:30~15:00 定20人 講北海道通信特機 菅原征信さん 申11/20(火)からの10:00~16:00に同大学
12/14(土)	しめ飾り作り教室(玄関用)	東光	日10:00~12:00 定40人 料1,000円 申11/22(金)から同館
12/15(日)	木楽輪・夢コンサート	神楽	結成50年記念ザ・グッピーズウインターコンサート 日14:00~15:00 定100人 申12/11(火)までに同館
12/17(火)	市民講座「正しい野菜の選び方・作り方」	神居	環境にやさしい食物について学ぶ 日10:00~12:00 定50人 講環境アドバイザー 浅野晃彦さん 申11/22(金)から同館
12/17(火)	東光南地区「ふれあいサロン」	東光	外出が苦手な方の交流の場 日13:00~15:00 東光地域に居住の方
12/19(木)	ゆうゆう生活講座~すてきにシニアライフ	春光台	生活習慣病を予防する食生活 日10:00~12:00 申11/21(水)から同館