

Close up
05 メダリストによるレスリング教室

レスリングのメダリストをお招きして、子供向けのレスリング教室を2日間にわたって開催します。初日はメダリストによる講話で、質疑応答の時間もありますのでメダリストに直接質問することができます。2日目は実技指導で、メダリストから一流の技術を教えてもらえる貴重な機会です。すでにレスリングに取り組んでいるだけでなく、レスリングに興味がある方もぜひご参加ください。

とき 10/24(土)16:00~17:00、10/25(日)10:30~14:00

ところ 大成市民センター体育館(6の14)

対象 同日に開催される北海道ジュニアレスリング大会に参加する幼児~中学生、中学生以下でレスリングに興味がある方 **定員** 100人程度 **申込** 10/22(木)までに旭川レスリング協会 石川☎090・3398・0632 **【詳細】** スポーツ推進課☎23・1944



昨年度のレスリング教室の様子

Close up
06 9月は健康増進普及月間

「ベトナム世界遺産と街歩きコース」をリリースしました

今年、本市で初めて開催された「ベトナムフェスティバル2026 in 北海道旭川」を記念し、あさひかわ健幸アプリのバーチャルウォーキングに、「ベトナム世界遺産と街歩きコース」をリリースしました。世界遺産や街並みなど、ベトナムのさまざまな魅力に触れながらウォーキングを楽しめるコースです。ベトナムへの理解を深めるきっかけとなるよう、観光課職員と共同で制作しました。



市☎



【詳細】 健康推進課☎25・6315

糖尿病予防講演会

とき 9/23(水)14:00~16:00

ところ 大雪クリスタルホール(神楽3の7)



市☎

旭川赤十字病院 糖尿病専門医療者チーム

専門家から学ぶ、今日からできること

講演1 管理栄養士
ながせ 長瀬まりさん

講演2 理学療法士
やまがた 山縣 亘さん

講演3 歯科衛生士
にしだ まゆみ 西田真由美さん

講演4

旭川赤十字病院副院長
あびこ あつこ 安孫子亜津子さん

申込 右の申込フォームまたは健康推進課☎26・2397

イベント 参加者は **100** ポイントもらえます



申込フォーム

【詳細】 健康推進課☎26・2397

あさしお適塩ライフ

減塩食品の試食・薄味味噌汁の試飲、栄養士からの適塩アドバイス、適塩ライフの食事例、1日に必要な野菜量の表示、減塩食品の紹介など。参加者には先着で減塩食品をプレゼント。

とき 10/15(木)11:00~12:30

ところ コープさっぽろ春光店(末広4の1)

イベント 参加者は **100** ポイントもらえます

【詳細】 健康推進課☎23・7816



市☎

がん予防学級 むずかしくない!がん予防と免疫力アップ講座

内容・とき 9/30(水) 測定会(AGEs測定、

ベジチェック)=12:30~14:00、

講演会=14:00~16:00(受付13:30から)

ところ 大雪クリスタルホール(神楽3の7)



市☎

**胃がんと
胃内視鏡検査について**

旭川がん検診センター副所長
のむらよしき 野村好紀さん



**ストレスが免疫を下げる!
心と体を守るリラックス法**

北海道医療大学看護福祉学部教授
つかもと ようこ 塚本容子さん



申込 右の申込フォームまたは
旭川がん検診センター☎53・7111

イベント 参加者は **100** ポイントもらえます



申込フォーム

【詳細】 健康推進課☎25・6315

Close up
**02 子ども未来リユースバンク
スキー・ランドセルほか
譲渡会のお知らせ**

スキーやランドセルをはじめとするリユース品の無償譲渡会を開催します。譲渡品はスキーセット、スキーウェア、ゴーグル、制服、ランドセル、鍵盤ハーモニカ、彫刻刀セット、書道セット、絵の具セット、裁縫セットです。譲渡方法などの詳細は市☎で、ご確認ください。

とき 10/10(土)ほか

ところ おびった(宮前1の3)ほか

対象 令和9年度小学校入学予定者および小・中学校在校生

【詳細】 学務課☎25・7564



Close up
**04 陸上教室「JALアスリート
アカデミーin旭川」**

各講師による自身の競技の紹介とデモンストレーション、競技上達に向けたクリニック、質疑応答、講師との交流など。



昨年度の陸上教室の様子

とき 10/11(日)①小学生の部=10:00~11:30

②中学生の部=13:00~15:00

10/12(月)③高校生の部=10:00~12:00

ところ 花咲スポーツ公園陸上競技場(花咲町4)

※雨天時は道北アークス大雪アリーナ(神楽4の7)。

対象 小学~高校生 **定員** ①80人 ②40人 ③40人

料金 ①2,000円 ②4,000円 ③5,000円

講師 北口榛花選手(競技種目:陸上女子やり投)ほかJAL所属のアスリート社員 **申込** 9/30(水)まで

【詳細】 スポーツ推進課☎23・1944

Close up
**01 旭川市役所の開庁
(窓口・電話受付)
時間の変更について**



市役所の開庁時間(窓口と電話の受付時間)について、次のとおり変更します。

現在 **8:45~17:15**

変更後 **11/2(月)から
9:00~17:00**

※一部対象外の課・施設あり。

【詳細】 市☎または人事課☎25・5445、行政DX課☎25・6205



Close up
**03 北口榛花選手
交流イベント**

北口榛花選手と直接触れ合える交流会、質問コーナー、抽選会など。

とき 10/12(月)18:30~20:00

ところ 市民文化会館小ホール(7の9)

対象 北口後援会会員 **定員** 300人

料金 後援会会費分2,000円

(会員および高校生以下は無料)

申込 10/6(水)までに下の申込フォームで受付け

【詳細】 北口榛花後援会事務局(旭川市スポーツ協会内)☎51・4545



後援会
申込フォーム



交流イベント
申込フォーム