あさひかか!

子育で教育な

妊娠・出産に関する情報や、乳幼児~高校生、 保護者を対象としたお知らせです ●子供に関する相談は 子ども総合相談センター

全日 · 5500

ひとり親家庭等の相談**25** • 9107開設日時は窓口によって異なります

そうだんでんわ 子供からの相談電話 おりょう 子どもホットライン(無料)

面0120 · 528506

ペいじつ ごぜん じ ふん ごご じ ふん 平日午前 8 時45分~午後 5 時15分 けっ もくようび ごご じ (月・木曜日は午後 8 時まで)

児童扶養手当の支給額

4月分からの支給額は、昨年度から変更ありません。

閏子育で助成課童25・6446

もりもりパーク フィール旭川6階 **富56・0760**

お父さんの似顔絵展

■募集=5/20休~6/20回、展示 =6/27回まで 図0歳児~小学生

あ そ で - ぱ ASOBI~BA 宮下通14 富25・3211

屋外ダンスフェス参加者募集

■6/27(**□**) 13:00~15:00

28組

■5/17例から電話か来館

障害基礎年金等を受給している ひとり親家庭の児童扶養手当

児童扶養手当と調整する障害基礎 年金等の範囲が、今年3月分から変 更になったため、これまで受給資格 がなかった方も手当を受けられる可 能性があります。期限までに手続き をしてください。

なお、遺族・老齢・労災年金、遺 族補償など障害年金以外の公的年金 等や、障害厚生年金(3級)のみを 受給している方は、制度改正後も変 更ありません。

申請期限 6/30(水)

申請先 子育て助成課(第二庁舎5階)、各支所

他所得制限等の要件あり

闘子育で助成課盦25・6446

今月の子育て健康相談(予約制)

図身体測定、健康・栄養・歯科相談等 (当日の朝、検温してきてください)

図0歳児~未就学児

個詳細は問い合わせを。中止・延期情報は市品に掲載

国母子保健課盒26・2395



手続き

児童手当・特例給付現況届の提出を

対象者には、6月上旬に届出用紙を送付しますので、6/30分までに子育て助成課(第二庁舎5階)か各支所に、郵送か持参で提出してください。提出がない場合は、手当の支給を一時差し止めることがあります。

闘子育で助成課盦25・6446

地域子育で支援センター・子育でサロン 未就学児や保護者対象のイベントやサロンを各地域で開催しています

ねむのき

宮下通14 **富**090・8271・8899 **リフレッシュ講座**

「ゆる~りストレッチ体操」

■6/22(₩) 13:30~14:30

國乳幼児と保護者 210組

■6/8火からの10:00~15:30 にねむのきにて。電話受付不可

ちゅうりっぷ

北門町8 **富**52·0765

育児講座

「0歳~1歳半の離乳食講座」

■6/22(x) 10:00~11:30

対乳幼児の保護者 20人

個託児あり **申**5/24(用)から

こまどりつ~ながれ

東鷹栖4の3 **(a**070・5049・4523 **子育で講座**

<mark>「人</mark>形劇『キノッピー劇場』」

■6/17休 10:30~11:30

対乳幼児と保護者 定15組

■6/1火からの13:00~15:00

こもれび

もりもりパーク内 富56・0763

赤ちゃん講座

内ベビーマッサージ(背中)

■6/22似·23俶 11:00~11

:30 図0~1歳児と保護者

屋各10組 田随時

いずみ

神居9の4 62・8986

お父さんサロン

「お父さんとお散歩を楽しもう!」

■6/12(±) 10:00~11:30

対乳幼児と男性保護者 26組

■5/21金10:00から

ぴよんぴよん

旭神町 **66** · 2332

一緒に遊ぼう「七夕の会~七夕制作」

■6/24(t) 10:00~11:30

図1~5歳児と保護者 図12組

■6/9例9:00から

ぱれっと

神楽3の6 63・6201

子育て講座「音あそびとリズムあそ びを楽しもう」

■6/21例 10:30~11:30

対1~2歳児と保護者 定15組

■6/14例から

おひさま

春光2の8 富51・0637

赤ちゃん教室(2回連続講座)

図■①絵本と触れ合い遊び=6/3

(木) ②健康と食事=6/10(木)

いずれも13:30~14:30

対7~10か月の乳児と保護者(①は

妊娠中の方も可) 屋8組

■5/19(水)から

ほっとほたる

いきいき子育て講座

図ベビーマッサージ

■6/23(x) 10:00~11:30

図0歳児と保護者 212組

图300円

■6/10休からの14:00~16:00

にょきにょき

豊岡3の3 ■38・6816

赤ちゃんルームにょっきであそぼう よ(全3回)

図■親子触れ合い遊び=6/3(h)、 初めての絵本=6/10(h)、赤ちゃん の発育「よろず相談」=6/17(h)

10:00~11:15 **図**6か<mark>月~1歳</mark> 児未満と保護者 **図**12組

■5/20休9:00から

あさひかか!

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

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

開設日時は窓□によって異なります

●夜間急病センターの場所・診療時間

携帯電話からは

市立旭川病院 2階(金星町1 富25・0297)・午後10時~午前7時30分

011・221・8699 医師会

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

特定健診・後期高齢者医療健診・ がん検診のお知らせ

健診を受けることで、体の変化や異常を早期に見つけることができます。 また、通院中の方も健診を受けることができますので、かかりつけ医にご相談ください。

よん、地域中の力も健診を支げることができますので、かかりつけ医にこれ談べんさい。							
	国民健康保険(国保)	後期高齢者医療健診	が ん 検 診				
	特定健診	设剂问即日达凉胜砂	胃	肺	大腸	乳	子宮
対 象	国保加入者で 35~74歳の方	後期高齢者医療加入者で 75歳以上の方				20歳以上の偶数 年齢の女性※1	
			旭川市国保加入者				
	500円		300円	200円 + 喀痰検査 200円	300円	300円	300円 ヒトパピローマウイルス +HPV検査※2 300円
自己負担		北部形出来のナー・・・・無料		旭川市国保以外の医療保険加入者			
	前年度非課税世帯の方 =無料	mu-	500円	200円 + 喀痰検査 300円	600円	40歳代=900円 50歳以上 =700円	700円 +H P V検査※ 2 500円
				₹税世帯の方: 歳以上の方、			手続き不要)
受診場所	各医療機関 (市内約120か所)	各医療機関 (市内約120か所)	各医療機関、地区巡回検診車 (検診の種類によって、受診できる医療機関が異なります) なし				
受診券	あり(緑色)	あり(白色A4判) 5月下旬に送付予定					
実施期間	来年3/31休まで	6/1火~来年3/31休	来年3/31例まで				
問い 合わせ先	国民健康保険課 富25・9841	国民健康保険課 富25・8536		健	康推進課 額	1 25 ⋅ 6315	

新型コロナウイルスの感染状況によって、健診を中止する場合があります。医療機関で実施する個別健診に ついては、直接、各医療機関にお問い合わせください。詳細は、市団等でお知らせします。 ※1=今年4/1時点。 ※2=HPV検査は20~40歳代の希望者のみ。



心の健康に関する催し

□旭川自死遺族わかちあいの会 ■6/21例 13:30~15:00 励問診指導室(第二庁舎3階) 図自死遺族の方

個事前に保健師の個別相談あり

団健康推進課童25・6364

□精神科医師による心の健康に関す る相談 (予約制)

■6/23(水)

13

加第二庁舎2階

団精神科・心療内科への通院歴がな い方とその家族

四事前に保健師の個別相談あり

団健康推進課盒25・6364

結核健診を受けましょう

初期症状は、風邪の症状に似てい ます。病状の悪化と感染拡大を防ぐ ため、次のことに注意しましょう。

- 2週間以上咳が続いたら、医療機 関を受診する
- 1年に1回は胸部エックス線検査 を受ける
- ●規則正しい生活をして抵抗力を高 める

□健診車による巡回健診

■8/6 金まで 図市内に住んでい る65歳以上の方(来年3/31休ま でに65歳になる方を含む)

個日程や会場などは、支所等の市内 施設や、町内会から配布される「結 核健診のお知らせ」で確認を

闘健康推進課盦25・9848

健康

がん患者サロン「ひまわり」

図オンラインで実施するヨガ教室

■5/26%、6/9%

13:30~14:00

図がん患者とその家族

园各8人

個「Zoom」による開催。事前にア プリのインストールが必要。申込者 には、開催日までにURL等を送付

■5/25火までに電話か電子メール (住所・氏名・電話番号・電子メー ルアドレスを記入) で、**市立旭川病** 81、 **■**gansodan@ach.hokkaido. jр

こどもとお出掛け支援サイト こどもーる ―

ぁさひかれ ✓ 子育て・教育報

特認校 (旭川第5小・桜岡中学校) の学校公開日・学校説明会

特認校とは、片道60分以内で通学 ができる等の条件を満たしていれば、 通学区域外からの入学者も受け入れ る、市教育委員会が定めた学校です。 ■6/11億 13:30~15:30 個見学や面談は随時受付け。来年度 入学説明会は10/16出を予定

励 間 旭川第5小・桜岡中学校 (東旭 川町東桜岡 636・3441)

その他

幼稚園・認可保育所等を開放

未就学児と保護者に園を開放し、 遊び場の提供や教育相談を実施して います。各園の開放日などを掲載し た冊子「開放のお知らせ」を市⊞に 掲載している他、次の場所で配布し ています。

配布場所 各幼稚園・認可保育所等、 こども育成課(第二庁舎5階)、各 庁舎案内、各支所・公民館・図書館 ・児童センターほか

聞こども育成課 **童25・6888**



カムイの社公園の催し

□体験学習教室

図目(1)アート「木と絵の具で杜の生 き物を作ろう」=6/6回 9:30 ~11:30 ②竹馬作り=6/20回 9:30~11:30 ③草木染め「絞 り染めをしよう」=6/27回 10 :00~12:00

划小学生と保護者 20各10組 图231組500円

19出、36/4金~26出にカムイの 杜公園(神居町富沢 童63・4045) □おもしろ工作・実験タイム ■6月の土・日曜日 9:30~11 :00, 13:00~14:00 ※変更の場合あり。

厨申5/21\\\\\~\(1)6/5\(\)\(2)6/

対別と保護者、小学生 囮詳細は公園緑地協会Ⅲ

励田カムイの杜公園(神居町富沢 扁63・4045)

水泳教室

内顔を水に付けて水に慣れる **■**6/19(±) 10:00~11:30 **厨**常磐公園プール(常磐公園) **3**4 歳児~未就学児 屋20人 閏400円 **■**5/25(火)~6/16(水)に**公園緑地協** 会童52・1934

児童センター

◇東光 東光5の2 龠32・1473 チャレンジデー

内けん玉・なわとび検定

■6/5世 10:00~11:30 対小学生以上 (縄跳びは幼児も可) ◇北門 北門町8 ■52・0765

エンゼルタイムplus

内幼児向け遊び、体操

■6/12(±) 11:30~11:45 ◇永山 永山3の19 647・8008

み~んな赤ちゃん

内ベビーマッサージほか

■6/18億 13:30~14:15

図 0 歳児と保護者 図 8 組 **囲**6/4金から

◇春光 春光1の7 ☎53・7992 ◇神居 神居5の12 69・2225

催し

離乳食教室(後期)

内講話、調理の実演、試食 ■6/14例 13:30~14:30 **励**調理実習室(第二庁舎6階) 図8か月~1歳児の保護者 **屆**18人 **圈**100円

国保健指導課 23・7816

公民館 講座カレンダー 子供版

※各公民館の電話番号は17ページに掲載			
B	講座名	会場	内容・時間など
5 / 24 (月)	子育てサロンぴかぴか	春光台	四子供同士の遊び、保護者の仲間づくり ■10:00~12:00 図乳幼児と保護者
6月~12月 第1水曜日 (11月休み)	親子で遊ぼ♪ねうぼら (全6回)	中央	図手形アート等でママと赤ちゃんや妊娠中の方との交流、情報交換ほか ■10:00~11:30 図0歳児と保護者、妊娠中の方 屆 10組 図1回100円 ■5/18似から同館
6/5生	親子ふれあい農業体験	_ ∡ ⊞ 	図田植え体験 ■9:30~12:00 図小・中学生と保護者 屆 10組 ■ 5 ∕ 17例から同館
6 / 11 金	楽しく親子ヨガ		■10:00〜12:00 図 2歳児以下と保護者 屋 12組 ■ロイヤルセラピスト協会認定講師 佐藤留美さん 個 動きやすい服装。ヨガマット かバスタオル、飲み物持参 ■6 / 8 似までに同館
6 / 11 (金)	あつまれ〜出張ひろば in春光台	春光台	函 父の日のプレゼント作り ■10:00~12:00 國 乳幼児と保護者 屆 10組 ■ 5 ∕ 24(月)から同館
6 / 12(±)	1〜3歳の発達を促す 幼児食	新旭川	■10:30~12:00 図1~3歳児と保護者(保護者のみも可) 屋 6組 闘栄養士 園田奈緒さん 個 筆記用具・子供の飲み物・おもちゃ持参 ■6/9似までに同館
6 / 12(±)	おはなし会	東旭川	☑絵本の読み聞かせ ■11:00~11:30 ☑幼児~小学生と保護者
6 / 12(±)	木楽輪こども音楽館	神楽	図銀のすずコンサート「2台のピアノとスクリーンによる絵本と音楽の世界」 ■1部=13:30~14:00、2部=15:00~15:30 図乳幼児~小学生と保護者 园 各20組 ■5/20休から同館
6 / 14(用)	子育てひろば・ れっつクック	春光台	図イチゴ味のメロンパン作り ■10:00~12:00 図乳幼児と保護者 屆 12組 図 1組500円 ■5/24例から同館
6 / 14月 21月	親子で楽しむタッチケア(全2回)	東光	図ベビーマッサージ ■10:00~12:00 図3か月~1歳児と保護者 〒12組 图1組1,000円 ■5/20休から同館
6 / 21(用)	子育てサロン	永山	図保健師による講話 ■10:00~12:00 図乳幼児と保護者、妊娠中の方

■圏がない場合は申込・料金不要。抽選の記載がなければ先着順

	障害者に関する制度
	害の内容等により対象を限定するものや、利用者の課税状況により自己負担が発生するものがあります。
制度を受けるために	は、申請が必要です。詳細は、お問い合わせください。
身体障害者手帳	一定の身体障害がある方に交付します。身体に障害がある方が福祉制度を利用する場合、身体障害者手帳 が必要です
療育手帳	児童相談所や心身障害者総合相談所で、知的障害と判定された場合に交付します
精神障害者保健 福祉手帳	一定の精神障害がある方に交付します
自立支援医療(更生 ・精神通院)制度	医療費の自己負担割合が1割になる自立支援医療(更生・精神通院)受給者証を交付します
補装具費 日常生活用具	身体障害者手帳の交付を受けている方や難病患者等に、補聴器や車椅子等の補装具の購入・修理費用、歩行器等の借受け費用の支給や、日常生活の利便性を高めるための用具を給付します。事前に申請が必要です。 34/1から、夜盲や視野狭窄のある視覚障害者の方に対する暗所視支援眼鏡の助成を、新たに開始しました。詳細は問い合わせを
軽度・中等度難聴児 への補聴器の給付	身体障害者手帳の対象とならない軽度・中等度難聴児に、18歳の誕生日が属する年度末まで、補聴器の購入・修理費用の一部を給付します。事前に申請が必要です
福祉タクシー利用料 金等の助成	昨年に引き続き対象となる方に、福祉タクシーチケットの申請書を送付しているので、郵送で提出してください。申請書が届いていない方は、ご連絡ください 助成内容 600円のチケットを24枚交付(6月~来年5月分)
翻障害福祉課(第二月	庁舎1階 龠25・9855、∞24・7007)
障害福祉サービス	身体・知的・精神障害がある方、難病患者等(児童を含む)が利用できます。利用者は、サービスの量や支給期間等を記載した受給者証の交付を受け、事業者と契約しサービスを利用します ●介護給付=ホームヘルプサービス、同行援護、行動援護、短期入所、療養介護、生活介護、施設入所支援 ●訓練等給付=自立訓練、就労移行支援、就労継続支援、グループホーム、就労定着支援、自立生活援助 ●地域相談支援=地域移行支援、地域定着支援 ●計画相談支援(障害児相談支援)
障害児通所支援	身体・知的・精神障害(発達障害を含む)がある児童、難病の児童等に、日常生活の基本的動作や集団へ の適応訓練等の支援を行います
移動支援事業	目的地で介助が必要な知的障害児者、重度の身体障害児者、精神障害児者の外出の手助けをします
日中一時支援事業	日中、障害児者を一時的に預かります
重度身体障害者等 訪問入浴サービス	介護保険の対象とならない重度身体障害者等に、巡回入浴車による入浴サービスを行います
	庁舎1階 龠25・9854、△24・7007)
特別障害者手当等	重度の重複障害や、20歳未満で重度の障害のため、日常生活で常時介護を必要とする方に支給します 支給額 ●特別障害者手当(20歳以上)=月額27,350円 ●障害児福祉手当(20歳未満)=月額14,880 円 個所得制限等の要件あり
特別児童扶養手当	心身に障害がある20歳未満の児童を養育する方に支給します 支給額 ● 1 級=月額52,500円 ● 2 級=月額34,970円 個 所得制限等の要件あり
自動車運転免許取得 費の助成	身体障害者(1~4級)が、就労や通院等を目的に普通免許を取得する場合に、費用の一部(限度額80,00円)を助成します。事前に申請が必要です
自動車改造費の助成	重度の身体障害者(肢体不自由 1 ・ 2 級)が、就労や通院等を目的に、自ら所有し運転する自動車の操縦装置等を改造する場合に、費用の一部(限度額80,000円)を助成します。事前に申請が必要です 個所得制限等の要件あり
障害者の総合相談 窓口	あそーと(宮前1の3 おぴった1階 富 73・5936、 四 73・5937)の相談員が、助言や支援等を行います
視聴覚障害者災害時 情報発信	災害時に避難準備情報などを、ファックスや電子メールで受信できます 図視覚障害1・2級、聴覚障害2〜6級
** ^ト Net119緊急通報	スマートフォンやタブレットを使って音声によらず、消防車や救急車の出動を要請できます 図聴覚・音声・言語機能に障害がある方
翻障害福祉課(第二)	庁舎2階 龠25・6476、∞24・7007)

国民健康保険料の納入通知書

今年度の保険料納入通知書は6月 中旬に送付します。

囮郵送で国民健康保険の加入・離脱 の手続きを希望する場合は、国民健 康保険課まで連絡を

超国民健康保険課童25・6247

安心カードを配布します

緊急時に備え、かかりつけ医療機 関名や緊急連絡先などを記入し、冷 蔵庫のドアに貼り付けておくカード です。

図高齢、障害、持病などの理由で配 布を希望する方

配布場所 市皿の他、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)、各地域包括支援センター・いきいきセンター・老人福祉センター、近文市民ふれあいセンター(近文町15) 国長寿社会課章25・6457



寿バスカードでの乗車料金の 自己負担分無料期間を延長

寿バスカードでの乗車料金の自己 負担分無料期間を6/30似まで延長 します。

闘長寿社会課童25・6457



介護保険料について

介護保険は、加入者が負担する保 険料と公費を財源に運営しています。 保険料や納付方法は下の表のとおり です。

ダニ媒介感染症にご注意を

マダニは森林や草地などに生息し、 活動が盛んになる春から秋にかけて 吹まれる危険性が高まります。

ウイルスや細菌を持つマダニに咬まれると、感染症を発症することがあります。次のことに注意しましょう。

- ●草地などに入るときは長袖・長ズ ボン・帽子・手袋を着用し、肌の露 出を少なくする
- ●屋外活動後は、マダニに咬まれて いないか十分確認する
- マダニを寄せ付けない効果のある 虫よけを、補助的に使用する
- ※咬まれたときは無理に取らず、皮 ふ科や外科に相談しましょう。受 診時にはいつ、どこで咬まれたか を医師に伝えてください。また、 咬まれてから数週間程度は体調の 変化に注意し、発熱等があった場合はすぐに受診してください。

顧健康推進課童25・9848

福祉•保険

無料低額診療利用者に 調剤処方費用を助成

市内に居住する無料低額診療利用 者の、薬局での調剤処方費用の全部、 または一部を助成します。助成期間 は、病院で実施している無料低額診 療事業の適用期間内です。

無料低額診療実施医療機関 道北勤 医協一条通病院(東光1の1)、道 北勤医協一条クリニック(東光1の 1)

閏生活支援課盦25・9175



健康

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場		
6 / 1 姒★	9:00~	永山公民館		
6/ I WX	11:00	(永山3の19)		
6/1級	9:00~			
6/1(%)	10:00	北部住民センター		
6 / 2 ⅓ ★	9:00~	(春光5の4)		
6 / 2 W x	11:00			
6/1級	9:00~			
6/1(%)	10:00	末広地区センター		
6 / 7 (P) 	9:00~	(末広2の4)		
6 / 7 須★	11:00			
6/8級	8:00~	あずま会館		
0 / 0 (X)	10:00	(永山4の22)		
6 / 8 級	9:00~	西近文会館		
6 / 6 (%)	10:00	(近文町25)		
6 / 9 (x)	8:00~	三和会館		
6 / 9 (M)	10:00	(永山4の7)		
6 / 10休	9:00~	北星公民館		
6 / TU(A)	10:00	(北門町8)		
6 / 11 金	8:00~	昭徳寺		
O / I I (並)	10:00	(旭町2の13)		
6 ∕ 11 儉★	9:00~	イオン旭川永山店		
O / II(<u>⊞</u>) ★	11:00	(永山3の12)		
6 ∕ 13⊕★	7:00~	 第二庁舎		
0 / 13(L) X	11:00	<u> </u>		
6 / 14 (月)	9:00~	旭川点字図書館		
0 / 14(5)	10:00	(7の14)		
6 / 14例	8:30~	緑町団地集会所		
0 / 1 + (1)	10:00	(緑町25)		
6/15似	8:00~	はるかぜ児童会館		
07 1500	10:00	(錦町20)		
6 ∕ 16⁄x)★	9:00~	北星地区センター		
07 1089A	11:00	(旭町2の8)		
6 / 25金	8:00~	大町北鎮会館		
	10:00	(大町2の10)		
※★印の日は国保特定健診も受診可。事				
前に申込みが必要				
岡中込み不亜 はた物や検診料等は				

四申込み不要。持ち物や検診料等は、 問い合わせを。大腸がん検診は当日、 会場で受付け。後日、便を提出

※旭川がん検診センター(末広東2 の6 童53・7111)でも受診可。 希望者は同センターに申込みを。

試健康推進課 富25・6315



	介護保険料			
	第1号被保険者	第2号被保険者		
該当者	65歳以上	医療保険に加入している40~64歳		
保険料	市民税の課税状況(本人と世帯員)と前年の所得 などに応じて算出	加入している医療保険ごとの算定方法に基づいて算出。国保加入 者は、前年の所得に応じた所得割額と、人数に応じた均等割額、 世帯に対する平等割額を合算して算出		
納付方法	本人が市に特別徴収(年金からの引き去り)また は普通徴収(納付書または口座振替)で納付	医療保険の加入者本人が医療保険料と一緒に納付(被扶養者分を 含む)		
その他	第2号被保険者は、65歳になった月から第1号被保険者としての保険料と納付方法に切り替え(1日生まれの 月分から切り替え)			
詳細	介護保険課盦25・5356	国保加入者は 国民健康保険課 25・6247 、その他の医療保険加入者は、加入している健康保険の保険者		

四内容 ■日時 励会場 図対象 冠定員 圏料金 園講師 囮その他 ■申込 園詳細 ■ホームページ

■圏がない場合は申込・料金不要。抽選の記載がなければ先着順

日曜午後の朗読会

■6/13回 13:30から

屆20人

B

5 / 24月

5 / 27休

5/30田

6/3(本)~

111/4休

6/4金~

6/4金

6/5生

12(±)

12(土)

6 / 7 (月)~

6/8火~

9/28火

6/8火

6/15火

6 / 15火~

6 / 16冰

6 / 17(木)

6 / 19(±)

6 / 19(±)

6/22火

6 / 22火~

6 / 24休

6 / 24休

6 / 26生

6 / 300%

25金

9(水)

18金

7/4回

心朗読は井上靖ナナカマド の会

田電話で同館



短編小説を読む『伊那の白梅』

内井上作品の朗読と解説

■5/29(±) 13:30~15:00 定20人

四朗読は井上靖ナナカマドの会、解 説は井上靖記念館職員の平野武弘さ

田電話で同館

井上靖記念館 春光5の7 富51・1188

企画展「井上靖 蔵書展Ⅲ| ~日本及び中国・西域の史料 四井上靖の蔵書から歴史小説の背景 を探る 3/29(土)~10/24(日) 圈同館観覧料

●西神楽公民館童75・3112

●シニア大学童25・0022

公民館 講座カレンダー

- ●中央公民館 = 31・5218
- ●末広公民館童53・4311

講 座 名

体幹ストレッチ゚&トレーニング

高齢者「いどばたサロン」

ノルディックウォーキング

法医学教室の事件ファイル

~身近な薬毒物ファイル

足もみ健康講座(全2回)

公民館サークル体験週間

スマホ講座「アプリの便利な

東光南地区「ふれあいサロン」

「新聞作り」講座(全4回)

木楽輪・夢コンサート「嵐山」

体幹トレーニング基礎講座

ゆかた着付け教室

(全4回)

デジカメ撮影初級講座

市民講座「国際交流」

ケーションについて」

~すてきにシニアライフ

ゆうゆう生活講座

豆腐作り体験

gallery アコースティック live

市民学級(全7回)

使い方」(全2回)

ワード機能を活用した

百寿大学オープン講座

「ごみの減量」

姫トレ講座

楽しく身体を動かそう

(全6回)

サークル体験

- ●永川公民館**童**48・1659
- ●神楽公民館童61・6194
- ●東旭川公民館 a 36 · 1017●東鷹栖公民館 a 57 · 2622●愛宕公民館 a 32 · 3422

 - ●神居公民館童61・2575

会場

神居

北星

東光

- ●北星公民館盦52・5545
- ●江丹別公民館 = 73・2230 ●新旭川公民館 = 23・929 春光台公民館 = 53・5620

内容・時間など
▶ 四仲間づくりの交流の場 ■13:30~15:00
🖪 ノルディックウォーキングの基本を学び、周辺を歩く
■10:00~12:00 屆 10人 ■5/25以までに同館

☑体幹のストレッチで身体を整え、柔軟性を高める ■13:30~15:30 中央 215人 2300円 15/18以から同館

■第1木曜日 10:00~11:00 **2**15人

個動きやすい服装。上靴・飲み物持参 ■当日までに同館

図■合唱=6/4〜 午前、習字=6/4〜 午後、ヨガ=6/4〜 午後、 ダンス=6/7月 夜間、空手=6/7月 夜間、健康体操=6/8以 午後 日本舞踊=6/10休) 午前、PC=6/12仕) 午前、吹矢=6/12仕) 午後 ■ 5 / 20休から同館

シニア 13:00~14:30 **2**30人 **周**旭川医科大学教授 清水惠子さん

■ 5 / 20休からの10:00~16:00にシニア大学 図定もみの仕組みと症状別セルフケアの方法 ■10:00~12:00

団大人 20人 11,000円 115/18火から同館

内同館で活動しているサークルの見学・体験 囮内容・時間等は問い合わせを ■5/18火から同館

園一般教養や健康などの講義、実技演習 ■10:00~12:00

■10:00~12:00 図スマホ利用者 215人 图500円 新旭川 四筆記用具持参 田6/3休までに同館

東光 図外出が苦手な方の交流の場 目13:00~15:00 図東光地域に居住の方

園社内報・町内会報作りを学ぶ ■18:00~20:00 **園**文字入力ができる方 **屋**20人 **閥**2,000円 **園**5/20休から同館

江丹別 図ごみの減量化・資源化を学ぶ ■10:00~12:00200~12:00200~12:00200~12:00

■ 器具を使用した骨盤矯正や、肩凝り・腰痛対策のストレッチ ■10:00~11:00 園大人 屋6人 圏300円 ■5/20休から同館

■13:00~15:00 屋20人 图1,000円 6 / 19(±) 「押し花アート」に挑戦

■ 5 / 20休からの10:00~16:00に同大学 図上田政一さん、小野英樹さんによるコンサート ■14:00~15:00

定40人 **車**6/14例までに同館

図トレーナーが教える体幹トレーニング・ストレッチの方法 **■**14:00~16 :00 関中学生以上 20人 20人 20円 15/20分から同館

東旭川 🔳 10:00~12:00 💆女性 👨 15人 閧 5/19 例から同館 ■カメラの機能と撮影方法を学ぶ ■18:00~20:00 ■初心者

屆20人 **圈**2,000円 **個**デジカメ持参 **申**5/21)金から同館 図異文化を学ぶ ■10:00~12:00 屋30人

■週旭川市国際交流員 ダニエル・リザラガさん ■5 / 24月から同館 図ボランティア養成講座「ボランティア活動ってどんなこと」

春光台 10:00~12:00 目 5/24 例から同館 ■10:00~12:00 園小・中学生と保護者 園15人 圏1人300円 **申**6/10休までに同館

230人 **1**6/9例から同館

図相手に好感を与える話し方・伝え方を学ぶ ■10:00~12:00

あさひかれい

休館日は各施設にお問い合わせください

青木野枝 「チキサニ チョロポキタ」

作品名はアイヌ語で「ハルニレの木 の下で」という意味。樹木の中でひ っそりと存在している様子は、スト ーンヘンジのようでもあり、いにし えのアイヌの娘たちが円陣を組んで 踊っているかのよう



平成16年制作・鉄製 高さ3m・神楽岡公園に設置

大雪クリスタルホール自主文化事業

おしゃべりコン

愉快!楽しい!面白い! **そして、かなりためになるコンサートです。**



33

とき 7/16金 18:30開演 ところ 大雪クリスタルホール (神楽3の7)

料金 一般=3,800円、大学生以下・ 障害者手帳をお持ちの方=2,000円 ※当日券は500円増し。

【詳細】大雪クリスタルホール

面69・2000

親子天文博士

四天体望遠鏡の組み立て、観測体験

a 6 / 19(±) 19:30~21:00

図小学生以上と保護者

屆6組(抽選)

申5/20休~6/10休

野外自然観察空間「トンボ池の観察」

■6/20(**□**) 10:00~12:00

対小学生と保護者

足10組(抽選)

图 1人50円

■6/10休~15份

その他

かでる講座(録画視聴)

図■①先人たちの息吹を感じる歴史

的建造物と生業=5/27休 ②若者の長所を育てる=6/17休

いずれも13:30~15:30

厨常磐館(常磐公園) ■①北海道開拓の村館長

中島宏一さん

②札幌国際大学教授 阿井英二郎さん

個道民カレッジ連携講座 **田北海道生涯学習協会**

a011 · 204 · 5780

ミニミニ展示「ジオサイト紹介展」

四上川地域ジオサイトの観光コース をパネルで紹介 ■5/29(土)~6/20(日)

励科学館(宮前1の3) **脳社会教育課館25・7190**

科学館(サイパル) 宮前1の3 富31・3186

申込みは、受付開始日の 9:00から科学館10で受 け付けます



「はじめての天体観測と撮影講座」

内天体望遠鏡の使い方や簡単にでき る星空撮影について解説

■5/23(⊞) 14:00~16:00

草木染め~ログウッドでシルクスト ールを染める

■5/27(t) 10:00~12:00 対大人 2010人(初めての方を優先) 图1,000円

■5/20休9:30からサイエンス ボランティア旭川 631・3016

地学体験学習「鉱物カードづくりと 紫外線で輝く石の不思議」

四鉱物標本の作製、蛍光鉱物の観察 **■**5/29(±) 13:30~15:00 划小学生以上 2010人(抽選) ■5/20(木)~25(火)

天体を見る会

図■①春の星と月面Xの観測=6/ 17休 19:30~21:30 ②春の星と夏の星と月の観測=7/ 17(土)19:30~21:00 **屋**各25人(抽選) **個**雨・曇天時は 解説のみ。中学生以下は保護者同伴 **聞**①5/27(株)~6/10(株)、②6/ 18金~7/10生

未就学児は入場不可。

チケット販売所

市民文化会館、同ホール

図書館

◇中央 常磐公園 **童**22・4174 アフタヌーンシネマ「ビリーブ」 **■**5/23⊕ 15:00~17:00 定30人 車5/15出から電話か来館

ミニギャラリー「四季を生きる旭山 動物園の動物たち」

四旭山動物園の動物たちが季節ごと に見せる「命の輝き」を写真で紹介 ■6/1(火)~7/29(木)

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

■6/3休 11:00~12:00 定30人 車5/15出から電話か来館

◇神楽 神楽3の6 ■61・6711 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 ■6/9例 11:00~12:00 20人

甲5/15出から電話か来館

◇**末広** 末広3の2 **富**54・7111

◇永山 永山3の19 **富**47・8080 ◇東光 東光6の4 ■39・3939

旭川文学資料館 常磐公園常磐館内 富22・3334

未野 デール川今昔ばなし」直筆原 稿展〜絵・写真と共に

| 四旭川出身の作家・木野 | 工の直筆 原稿や旭川スケッチ研究会の絵など を展示 ■5/11(火)~8/28(土)

こうほう旭川市民 2021(令和3)年●5月

市民講座「感じの良いコミュニ