

若者センター体験会
因①ソーセージ作りⅡ9月28日(日)・29日(月)のいずれか1日
 午前9時30分～午後3時 ②そば打ちⅡ10月5日(日) 午前9時30分～午後1時 ③ミートソー作りⅡ10月24日(金)・25日(土)のいずれか1日 午前9時～午後1時 定①各6人 ②12人 ③各8人
 料①1千700円 ②1千300円 ③2千600円
所申9月20日(土)午前9時から若者センター(江丹別町中央 Ⅷ73・2409)
市役所deスマホ教室
～ストップ!詐欺被害
因スマホの基本操作、詐欺被害に遭わないために注意すべきポイントを学ぶ
 日9月30日(火) 午前10時～12時
所総合庁舎3階市民協働スペース 定12人
講通信事業者の認定講習員
 申9月22日(月)から地域活動推進課Ⅷ25・6012
初心者向け健康運動教室
(全4回)
因ボクシングエクササイズ
 日10月3日～24日の毎週金曜日 午前10時～11時30分

対20歳以上の初心者 定12人
 料2千円 講スポーツインスト
 ラクター 高橋佳代^{さん} 所申9
 月20日(土)から忠和公園体育館
 (神居町忠和) 定69・2345)
**アイヌ文様刺しゅう・タラ
 織り作り講習会(全12回)**
 ①①タラ織り作り ②刺しゅう
 日10月4日(土)来年3月21日の第
 1・3・5土曜日(10月・1月
 は一部変更) ①午前9時〜12
 時 ②午後1時〜4時
 定①5人 ②10人(いずれも初
 心者優先) 料各4千円
 所申9月22日(月)から市民生活館
 (緑町15) 定52・8866)
あさひかわ消費生活展
 肉秋の会・消費者ひろばのリメ
 イク作品展、地産食品等の紹介
 ・販売、フリーマーケット^は
 日10月4日(土)・5日(日) 午前10
 時〜午後3時
 所まちなか市民プラザ(1の8
 フィール旭川7階) 講消費生
 活センター 定25・9747
生ごみ堆肥づくり講習会
 肉屋外型容器編
 日10月4日(土) 午前10時〜12時
 所永山公民館(永山3の19)
 定30人 ①アンケート回答者に
 発酵促進剤を差し上げます
 申9月16日(火)から市
 庁または廃棄物政策
 課 定25・6324

ごみのポイ捨て禁止運動
 肉ごみ拾い^は

日 10月5日(日) 午前11時から
 集合場所 駅北広場(宮下通8)
 日 9月14日(土)～10月13日(月)は秋
 の清掃強化期間
 道路や公園等の清掃で出たご
 みは「燃やせるごみ」「燃やせ
 ないごみ」「空き缶・空きびん」
 に分別し、地域清掃用のごみ袋
 に入れて、地域のごみステッ
 ションに出してください。
 詳細クリーンセンター
 日 36・2213
 家庭菜園講習会
 「有機栽培のススメ」
 内家庭菜園での有機栽培と土づ
 くり
 日 10月5日(日) 午前10時～11時
 30分 定56人
 所 申9月24日(火)までに左の申込
 フォームまたは農業
 センター(神居町雨
 日 61・0211)

 「世界の環境に貢献する
 サステナブルデザイン都市
 ・旭川」ゼロカーボン植樹
 持続可能でデザインあふれる
 まち「サステナブルデザイン都
 市旭川」を目指す、多くの市民
 や観光客の憩いの場、ゼロカー
 ボンへの想いを再認識する場と
 するため市民の皆さんと共に桜
 の植樹を行います。
 日 10月中を予定 ※決まり次第、
 市HPでお知らせします。
 所 ガーデンセンター付近(宮前
 2の1)
 定10組(1組3人程度)
 申9月30日(火)までに市HPにある

申込フォームで受け付け
 環境総務課 ☎ 25・5350

在宅医療 市民講演会
 「在宅医療で自分らしく過ごす」訪問看護・訪問リハビリの視点から」
 日 10月11日(土) 午前10時～12時
 所 大雪クリスタルホール(神楽3の7)
 定 150人
 講 訪問看護ステーションモモ青木智香子^{さん}、森山メモリアル病院作業療法士 佐伯めぐみ^{さん}
 申 10月3日(金)までに左の申込フォームまたは旭川市在宅医療・介護連携相談窓口 ☎ 72・4105

森林教室 植栽体験
 肉ミズナラなど広葉樹の苗木の植樹体験
 日 10月11日(土) 午前10時～12時
 所 とみはら自然の森(江丹別町富原)
 対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 定 30人
 申 9月30日(木)までに農林整備課 ☎ 25・7729

保健師による健康講座 「骨粗しょう症の予防」
 肉骨の寿命、骨粗しょう症の予防、運動と食事に関して学ぼう
 日 10月12日(日) 午前11時～12時
 所 定 12人
 講 忠和公園体育館保健師
 申 9月20日(土)から忠和公園体

生活保護は、憲法で保障された国民の権利です。生活に困ったときは生活支援課 25・9108 にご相談ください。

i お知らせ

相談窓口

- 日常生活全般……………市民相談センター ㊦26・1998
- 消費生活……………消費生活センター ㊦22・8228
- ごみ……………グリーンセンター ㊦36・2213
- 女性が抱える問題、DV被害
…女性相談室・配偶者暴力相談支援センター ㊦25・6418

受付時間 午後1時～4時まで
所道 北アークス大雪アリーナ
 (神楽4の7)
定50人 罷廃棄物政
策課 25・6324
あさひかわ乗馬クラブ
ホースショー
内 バレード、レース、引馬体験、
 キッチンカー出店^博
日 9月23
日 午後1時～2時30分
 ※雨天時は屋内馬場で実施(内
 容の変更あり)。
所 花咲スポーツ公園馬場(花咲
 町5)
定 引馬体験は定員あり
所 公園緑地協会 52・1934
北邦野草園観覧会
内 仲秋の野草観察と散策

対市内および近郊で働く女性
 定20人 圃 森山病院理学療法士
 齋藤壽美恵さん、メディカルフ
 イットネスSanitas^{ザニタス}24 長
 澤真優美さん 他動きやすい服装
 申す中^ウで受け付け
 詳し中^ウまたは女性活
 躍推進課 25・97
 85

ウポポイ×旭山動物園コラボ記念
 アイヌ施設周遊バスツアー

肉アイヌ文化を紹介するガイド
 の説明を聞きながら、市内のアイ
 ヌ施設（旭山動物園、川村カ
 子トアイヌ記念館、博物館）を
 巡るバスツアー。各施設でデジ
 タルスタンラリー（スマートフォン
 必須）を実施。①は旭山



(実習) Ⅱ 9月28日(日) 午前9時～11時

②くつろぎカフェⅡ 9月28日(日) 午後1時から、2時から

③木の実・草の実写真展(作品提供・神田巨雄さん) Ⅱ 10月1日(水)～30日(木)

④庭木の冬囲いと縄の縛り方の基礎Ⅱ 10月4日(土) 午後1時30分～3時30分

⑤ブドウや小果樹の栽培管理講座Ⅱ 10月23日(木) 午後1時30分～3時30分

所①常磐公園 ②③④⑤緑のセンター(神楽岡公園)

定①10人 ②各25人 ④10人 ⑤30人 料②各100円

調②ハーブティーインストラクター 建部久美子さん ⑤上川農業改良普及センター専門普及指導員

主な
総合庁舎 (7の9)
第二庁舎 (7の10)
あにまある (7の10)

の庁舎等の所在地

- 神居支所 (神居2の9 TEL61・2311)
- 江丹別支所 (江丹別町中央 TEL73・2001)
- 永山支所 (永山3の19 TEL48・1111)
- 東旭川支所 (東旭川北1の6 TEL36・1111)
- 神楽支所 (神楽3の6 TEL61・6191)
- 西神楽支所 (西神楽南2の3 TEL75・3111)
- 東鷹栖支所 (東鷹栖4の3 TEL57・2111)
- 東部まちづくりセンター (豊岡3の3 TEL33・1110)

催し

手話言語の国際デー・
ライトアップ

●手話言語の国際デーに合わせて
常盤ロータリータワーを手話
のシンボルカラーであるブルー
でライトアップ

●9月23日(火) 午後5時30分～
9時 所常盤ロータリータワー
(常盤通1) 曙旭川ろうあ協
会 45・0757

おもちゃの修理屋さん

●あさひかわ健康まつりで旭川
工業高校定時制電気科の生徒に
よるおもちゃの修理

30分 定15人
他雨具、飲料持参
所甲 9月13日(土)から嵐山公園センター(鷹栖町嵐山 画55・9779)
働く女性の「Women's Healthヘルス研修会」(全2回)
「私らしく暮らす・働く・整える 前向きに始める女性の健康管理術」をテーマに女性特有の健康課題改善に向けた講話とストレッチで、正しい知識や対処法を学びます。
画① 9月27日(土) 午前10時～12時
画② 11月7日(金) 午後6時30分～8時30分

験や特別イベントも開催
 日①9月27日(土) ②10月5日(日)
 ③10月10日(金) いずれも午前9
 時〜午後
 4時
 定各25人
 他集合・
 解散場所
 は旭川駅。
 食事は各
 自負担。

①9月①21日(日)まで、②26日(金)
 まで、③10月3日(金)までに左の
 申込フォームで受付

講座文化振興課
 25・75558

緑のセンター講座と展示会

ウポポイPRキャラクター
 トウレットポん




ウポポイPRキャラクター
トウレツポん

内容 日時 会場 対象 定員 料金 講師 その他 申込み 詳細 ホームページ 料金がいない場合は料金・申込み不要（入館料が必要な場合あり）。抽選の記載がなければ先着順。申に開始日の記載がないものは、既に受付を開始しています

交付 ③実技指導は来年1月開催予定
 ①9月16日(火)～30日(火)、②10月1日(火)～10日(金)、③10月14日(火)～24日(金)に郵便番号・住所・氏名とふりがな・生年月日・電話番号・希望する講習名(①③は資格取得日と受講した市町村)を電話で日本赤十字社旭川市地区(福祉保険課内 25・6425)
 ※いずれも受講希望者が少数の場合等は、中止の場合あり。

ファン・フライデー秋
 ①英会話をしたい方との交流
 ②10月5・12月の金曜日
 ●昼の部 ②第2・4金曜日 午後1時30分～2時30分 ●夜の部 ②第2金曜日 午後6時30分～8時30分
 定各35人 ①1千500円
 所 9月24日(火)午前9時から旭川市国際交流委員会(1の8)フイル旭川7階
 都市交流課内 25
 ・7491

スポーツ体験イベント
 K・R・A・D・A・D・O!!
 ①ニースポーツ、運動あそび等の体験
 ②11月8日(土) 午前10時～12時
 所 大市民センター体育館(6の14)
 ③幼児から一般の方(小学生以下は保護者同伴)
 定100人
 他 動きやすい服装、上靴持参。参加費あり

教室名	対象	定員・料金	開催日・時間	申込受付日時
①太極拳	一般(初心者)	30人 3,000円	11/10～2/9の月曜日 10回 14:00～15:30	10/1(火) 14:00～14:15
②肩こり 腰痛予防ストレッチ	一般(初心者)	30人 3,000円	11/11～1/27の火曜日 10回 10:00～12:00	10/1(火) 10:30～10:45
③エアロビ+ヨガ	一般(初心者)	30人 3,000円	11/11～1/27の火曜日 10回 14:00～15:30	10/1(火) 14:00～14:15
④ミニバレー	一般(初心者)	30人 3,000円	11/12～1/28の水曜日 10回 10:00～12:00	10/2(水) 10:30～10:45
⑤ソフトテニス	一般(初心者)	30人 3,000円	11/10～5/1/28の水曜日 10回 13:30～15:30	10/2(水) 13:30～13:45
⑥ジュニアチャレンジ(パド+ミニバス)	小学生	30人 3,000円	11/10～5/1/28の水曜日 10回 16:00～17:30	10/2(水) 16:00～16:15
⑦親子チャレンジ	3歳以上の未就学児とその保護者	10組 900円	10/21・28、11/4の火曜日3回 10:00～11:30	10/2(水) 10:30～10:45
⑧ZUMBA+α	一般(初心者)	30人 3,000円	11/5～1/21の水曜日 10回 18:30～20:00	10/1(火) 18:15～18:30

⑨9月24日(火)～10月27日(月)午前9時～午後5時に総合型地域スポーツクラブ上川ネット(旭川市スポーツ協会内 51・4545)
 ⑩後期スポーツ教室

(各教室1人1回)。定員に満たない教室は、10月14日(火)までの平日午前9時～午後5時に受け付け
 ※定員の半数に満たない教室は中止の場合あり。
 ※実施期間は変更になる場合あり。

旭川ななかまど文化賞候補者の推薦
 ①次の施設で、優れた芸術・芸能活動を行った、市内の個人や団体を表彰
 ●市民文化会館 ●公会堂 ●大雪クリスタルホール ●道北アークス大雪アリーナ ●市民ギャラリー ●COCODe木楽輪
 ②昨年12月～今年11月に発表されたもので、自薦・他薦を問わない
 ③推薦方法 12月15日(月)までに右の施設(市民ギャラリーを除く)にある推薦書に記入し、旭川ななかまど文化賞協議会(市民文化会館内 25・7331)

スポーツ賞候補者の推薦
 ①本市のスポーツの普及・発展に寄与した方に、功績等に応じ

①花壇の植え込みや除草
 ②9月30日(火) 午前10時～11時
 所 生態階段花壇(神楽橋下流右岸広場)
 ③9月16日(火)からガーデンセンター(宮前2の1 74・5966)
 ④子育て支援(会員制)をしませんか
 ⑤ファミリー・サポート・センター育児型の提供会員と上川中部子ども緊急さばねつこのスタッフ会員を募集します。希望する方は、次の養成講座を受講してください。
 ⑥子育て応援! ファミサポスタッフ養成講座(全7回)
 ⑦10月15日(火)・17日(金)・20日(月)・22日(火)・23日(水)・27日(月)・28日(火)
 所 CoCoDe (宮前1の3)
 ⑧20歳以上の方
 ⑨旭川NPOサポートセンター
 ⑩74・5380

てスポーツ賞・功労賞・奨励賞の表彰をします。詳細は市に掲載します。
 ①推薦方法 スポーツ推進課(第二庁舎5階)、市にある申請書・推薦書に記入し、10月31日(金)までに郵送か電子メール(☑sport@city.y.asahikawa.jp)で
 ②同課
 ③スポーツ推進課 23・1944
 ④生態階段花壇ボランティア

①希望のコースを選択。
 ②10月13日(月) 午前9時～12時
 所 旭山公園(東旭川町倉沼) 定50人
 ③他 野点清茶会を同時開催
 ④9月15日(月)～10月9日(水)に旭山三浦庭園 36・6811

旭川市民防犯大会
 ①防犯講話、地域防犯活動報告
 ②10月13日(月) 午後2時～4時(予定)
 ③所 市民文化会館(7の9)
 ④10月3日(金)までに交通防犯課 25・6215

けんスポノノスポーツ習慣・はじめの一步!
 ①健康ブリス(健康チェック・肌分析・ヘッドマッサージ)・スポーツ体験ブリス(パドミントン教室・ニースポーツ・キックアウト)・免疫セミナー
 ②10月13日(月) 正午～4時
 ③所 リクルートスタツフイングリック&スー旭川体育館(花咲町5) ④料 登録料500円
 ⑤他 詳細は市に掲載
 ⑥詳 スポーツ推進課 23・1944
 ⑦豆腐づくり体験
 ⑧10月14日(火)・18日(土) 午前9時～12時 ⑨定各5人(抽選) ⑩料 280円
 ⑪他 豆腐とおから持ち帰り。当選者の方のみに電話連絡
 ⑫所 9月16日(火)～26日(金)に東旭川農村環境改善センター(東旭川町上兵村 36・3510)

はがきの宛先 〒070-8525 ○○課 ※住所不要。

育館(神居町志和 69・2345)
 ①心肺そ生法、AED使用法
 ②10月12日(日) 午後1時30分～4時30分 ③定30人
 ④他 講習後に修了証を交付
 ⑤所 9月21日(日)～30日(火)午前9時～午後5時に北消防署(大町3の5 51・8138)
 ⑥WANパク教室
 ⑦犬のマナーを学ぼう
 ⑧公園での散歩のマナーやしつけ方を学ぶ
 ⑨10月13日(月) 午前10時～11時30分 ⑩所 リベライン旭川パーク・フラワールンド(金星町1)
 ⑪定10組(犬1匹につき大人の飼い主が1人以上)
 ⑫園 緑の森どうぶつ病院しつけインストラクター 保久留美子
 ⑬申 9月17日(火)～10月1日(火)に公園緑地協会 52・1934
 ⑭桜のトンネルプロジェクト
 ⑮市民参加による桜の整枝剪定
 ⑯10月13日(月) 午前9時～12時
 ⑰所 旭山公園(東旭川町倉沼) ⑱定15人 ⑲公園緑地協会職員
 ⑳申 9月15日(月)～10月9日(水)午前9時～午後5時に旭山三浦庭園 36・6811
 ㉑旭山公園紅葉散策会と野点
 ㉒庭園コース 30分
 ㉓展望台コース 90分
 ㉔旭山周遊コース 120分
 ㉕全山周遊コース 150分

※希望のコースを選択。
 ①10月13日(月) 午前9時～12時
 ②所 旭山公園(東旭川町倉沼) ③定50人
 ④他 野点清茶会を同時開催
 ⑤9月15日(月)～10月9日(水)に旭山三浦庭園 36・6811

旭川市民防犯大会
 ①防犯講話、地域防犯活動報告
 ②10月13日(月) 午後2時～4時(予定)
 ③所 市民文化会館(7の9)
 ④10月3日(金)までに交通防犯課 25・6215

けんスポノノスポーツ習慣・はじめの一步!
 ①健康ブリス(健康チェック・肌分析・ヘッドマッサージ)・スポーツ体験ブリス(パドミントン教室・ニースポーツ・キックアウト)・免疫セミナー
 ②10月13日(月) 正午～4時
 ③所 リクルートスタツフイングリック&スー旭川体育館(花咲町5) ④料 登録料500円
 ⑤他 詳細は市に掲載
 ⑥詳 スポーツ推進課 23・1944
 ⑦豆腐づくり体験
 ⑧10月14日(火)・18日(土) 午前9時～12時 ⑨定各5人(抽選) ⑩料 280円
 ⑪他 豆腐とおから持ち帰り。当選者の方のみに電話連絡
 ⑫所 9月16日(火)～26日(金)に東旭川農村環境改善センター(東旭川町上兵村 36・3510)

認知症サポーターステツプアップ研修
 ①認知症の理解を深める、認知症の方と家族を支える制度等
 ②前期 10月14日(火) 午前10時～12時 ③ボランティア体験 10月15日(水)～20日(月)の間で2時間程度予定 ④後期 10月21日(火) 午前10時～12時
 ⑤所 とぎわ市民ホール4階多目的ホール(5の4)
 ⑥他 認知症サポーター養成講座を受講済みの方
 ⑦定30人 ⑧講 認知症看護認定看護師、オレンジサポーター隊
 ⑨申 9月30日(火)までに旭川市社会福祉協議会 90・1449

手軽に体験「ソーセージ作り」
 ①10月16日(水)・26日(日) 午前9時～午後3時
 ②定各6人(抽選)
 ③料 2千500円
 ④所 9月23日(火)までに旭正農業構造改善センター(東旭川町旭正 33・6656)
 ⑤町内会業務を楽に「スマホA教室」
 ⑥情報収集やイベントのアイデア出しなど、町内会業務を楽にする、スマホでのA活用方法を、通信事業者認定講習員が分かりやすく伝えます。
 ⑦10月20日(月)・24日(金) 午前10時～12時
 ⑧所 総合庁舎3階市民協働スペー

ス 定12人
 ①9月22日(月)から地域活動推進課 25・6012
認知症カフェボランティア向けセミナー
 ①老人看護専門看護師、認知症看護認定看護師、精神科認定看護師によるトークセッション、認知症カフェ活動事例の紹介
 ②10月21日(火) 午後3時～4時30分
 ③所 総合庁舎7階大会議室A ④定50人
 ⑤申 10月10日(金)までに長寿社会課 25・5273
赤十字関連講習
 ①赤十字救急救法救急員養成講習(全2回) ②急病や事故時の応急手当 ③幼児安全法支援員養成講習(全2回)
 ④雪上安全法救助員養成講習 ⑤雪上事故防止と応急手当 ⑥10月25日(土)・26日(日) ⑦11月8日(土)・9日(日) ⑧11月16日(日) いずれも午前9時～午後5時
 ⑨所 ①旭川赤十字病院(曙1の1) ②赤十字血液センター旭川事業所(宮前1の1)
 ⑩対 ①赤十字救急救法基礎講習修了者 ②15歳以上の方 ③18歳以上の赤十字救急救法救急員資格を有する方
 ⑪定 ①24人 ②10人 ③12人
 ⑫料 ①2千100円 ②2千200円 ③700円
 ⑬他 ①②成績優秀者には認定証を

①花壇の植え込みや除草
 ②9月30日(火) 午前10時～11時
 所 生態階段花壇(神楽橋下流右岸広場)
 ③9月16日(火)からガーデンセンター(宮前2の1 74・5966)
 ④子育て支援(会員制)をしませんか
 ⑤ファミリー・サポート・センター育児型の提供会員と上川中部子ども緊急さばねつこのスタッフ会員を募集します。希望する方は、次の養成講座を受講してください。
 ⑥子育て応援! ファミサポスタッフ養成講座(全7回)
 ⑦10月15日(火)・17日(金)・20日(月)・22日(火)・23日(水)・27日(月)・28日(火)
 所 CoCoDe (宮前1の3)
 ⑧20歳以上の方
 ⑨旭川NPOサポートセンター
 ⑩74・5380

①希望のコースを選択。
 ②10月13日(月) 午前9時～12時
 所 旭山公園(東旭川町倉沼) 定50人
 ③他 野点清茶会を同時開催
 ④9月15日(月)～10月9日(水)に旭山三浦庭園 36・6811

旭川市民防犯大会
 ①防犯講話、地域防犯活動報告
 ②10月13日(月) 午後2時～4時(予定)
 ③所 市民文化会館(7の9)
 ④10月3日(金)までに交通防犯課 25・6215

けんスポノノスポーツ習慣・はじめの一步!
 ①健康ブリス(健康チェック・肌分析・ヘッドマッサージ)・スポーツ体験ブリス(パドミントン教室・ニースポーツ・キックアウト)・免疫セミナー
 ②10月13日(月) 正午～4時
 ③所 リクルートスタツフイングリック&スー旭川体育館(花咲町5) ④料 登録料500円
 ⑤他 詳細は市に掲載
 ⑥詳 スポーツ推進課 23・1944
 ⑦豆腐づくり体験
 ⑧10月14日(火)・18日(土) 午前9時～12時 ⑨定各5人(抽選) ⑩料 280円
 ⑪他 豆腐とおから持ち帰り。当選者の方のみに電話連絡
 ⑫所 9月16日(火)～26日(金)に東旭川農村環境改善センター(東旭川町上兵村 36・3510)

