

学ぶ・体験

偉大なる人道主義者 「樋口季一郎中将」

ユダヤ難民と北海道を救った將軍と言われている樋口季一郎さんの功績を広く称えようと市農業者年金受給者の会では、「偉大なる人道主義者樋口季一郎中将」と題し講演会を開催します。

- ▶日時 6月11日(火) 午後4時
- ▶場所 中央公民館
- ▶参加料 無料
- ▶申込・問合せ 農業委員会事務局 (☎番窓口/☎26-2385)

カラダは食べ物からできている 【元気な人生100年のヒント】

- ▶日時 5月24日(金) 午後1時30分から3時
- ▶場所 総合福祉センター
- ▶定員 30人(先着順)
- ▶内容 元気な人生100年のカギとなる「栄養・運動・口腔ケア」について実例と体験を交えて話します。
- ▶講師 ㈱明治北日本支社 栄養士 中村仁美さん
- ▶参加料 無料
- ▶申込期限 5月20日(月)
- ▶申込・問合せ 社会福祉協議会(☎26-2411)

健康・スポーツ

男性のための介護予防教室

トレーニング機器などを使った、男性限定の介護予防教室を開催します。

- ▶期日 6月6日(休)・20日(休)、7月4日(休)・18日(休)、8月22日(休)・29日(休)、9月12日(休)・26日(休)、10月3日(休)・17日(休)、11月7日(休)・21日(休)、令和7年1月16日(休)
- ▶時間 午後1時～3時 ※使用する器具の都合上、一部の方の開催時間が午前になる場合があります。
- ▶場所 音江広里交流館「エフパシオ」ほか
- ▶対象 おおむね65歳以上の男性で、原則全ての日程(全13回)に参加できる方
- ▶定員 20人(申し込み多数の場合は抽選)
- ▶内容 専用の器具を使用した筋力トレーニングなどの運動、健康や介護予防に関する講話など
- ▶申込期限 5月17日(金)まで
- ▶申込・問合せ 高齢者支援課介護予防係 (☎番窓口/☎26-2644)

音江連山登山コース開き

- ▶日時 6月9日(日) 午前8時 ※少雨決行。荒天の場合は6月16日(日)に延期
- ▶集合場所 アップランド山の駅 おとえ
- ▶対象 小学4年生以上(3年生以下は保護者同伴)
- ▶定員 25人(先着順)
- ▶コース 音江連山登山コース約10km(登山口・下山口を旧沖里河温泉とし登山コースを西から東へ縦走する予定)
- ▶参加料 500円(保険料含む) ※市外の方は300円増
- ▶持ち物 昼食、雨具、軍手、タオル、飲料水、虫よけなど(かばんはリュックタイプの両手が使えるもの)
- ▶履物 登山靴または長靴(運動靴は水ぬれするので適しません)
- ▶申込期限 5月31日(金)まで
- ▶その他 ①集合場所から登山口までと、下山口から集合場所まではバスで送迎します。②参加者には、アグリ工房まあぶの入浴券を差し上げます。
- ▶申込・問合せ 総合体育館(☎22-1144)



女性のためのアンチエイジング

開催日	プログラム	講師
6/25(火)	Disco ワールド	重原えつこさん
7/23(火)	ヨガ棒	梅村智香子さん
8/27(火)	ウェーブリングヨガ	梅村智香子さん
9/10(火)	Zumba (ズンバ)	重原えつこさん

- ▶時間 午後7時～8時30分
- ▶会場 サブアリーナ
- ▶対象 女性の方
- ▶定員 25人(先着順)
- ▶参加料 全プログラム受講 3,500円(全4回)
- ▶申込方法 総合体育館に備え付けの用紙に必要事項を記入の上、受講料を添えて申し込みしてください。予約のみ電話でも受け付けます。
- ▶申込期間 5月28日(火)～6月19日(水)
- ▶申込・問合せ 総合体育館(☎22-1144)

Fスポクラブ～健康コース～

- 定期的楽しく体を動かす会員制クラブです。
- ▶日時 毎月第2・4火曜日 午前10時30分～11時30分
- ▶場所 音江広里交流館「エフパシオ」
- ▶対象 おおむね65歳から74歳までの男性
- ▶定員 10人(先着順)
- ▶内容 トレーニング器具を使用した運動
- ▶参加料 月額4,000円 ※トレーニング室フリー利用付きは1,000円増 ※年会費2,000円がかかります(保険料を含む)。
- ▶申込期限 随時
- ▶申込・問合せ 音江広里交流館「エフパシオ」(☎34-6150)



広報に広告を掲載しませんか

「広報ふかがわ」は、毎月市内の全ての家庭にお届けしている情報紙です。

この全戸配布の特性を生かして「広報ふかがわ」に、あなたの会社のPR広告を掲載してみませんか。市内の商工業などの活性化にお役立てください。

- 掲載スペース・料金(消費税込み)
 - ・1種 (47mm×184mm) …27,500円
 - ・2種 (47mm×92mm) …13,750円
- 申込方法 秘書課秘書広報係に電話で申し込みしてください。担当の広告業者を案内します。
- 申込・問合せ 秘書課秘書広報係(☎26-2216)



スポーツカレンダー

5/5～6/15

主な大会

- ▼5月
- 5日(日) 深川市スポーツ協会会長杯兼春季野球大会(～6日)
 - 北海道高等学校選抜ソフトテニス大会(～6日)
 - 深川オープン高等学校バドミントン大会
 - 11日(土) 国民スポーツ大会卓球大会深川地区予選会
 - 知事杯兼全空知支部野球大会(～12日)
 - 12日(日) 北海道サッカーリーグ道央・道北ブロック大会
 - 19日(日) 第44回全日本小学生バレーボール大会深川ブロック大会
 - 22日(水) 高体連バドミントン大会北空知地区予選会(～24日)
 - 25日(土) 全国ヤングクラブバレーボール北海道予選会(～26日)
 - 26日(日) 旭川ピースターズ公式戦

- 総合体育館休館日 5/7・13・20・27・6/3・10
- 臨時休館日 6/18(職員の研修のため)
- 問合せ先 総合体育館(☎22-1144)

- ▼6月
- 1日(日) 深川市バスケットボール連盟バスケットクリニック
 - 第24回北海道還暦軟式野球選手権大会(～3日)
 - 空知陸上競技記録会第3戦
 - 2日(日) 第8回北空知しんきん杯バドミントン大会
 - 8日(土) 深川市スポーツ協会会長杯バスケットボール大会(～9日)
 - 天皇賜杯北空知支部大会(～9日)
 - 15日(土) 深川市スポーツ協会会長杯ミニバレーボール大会
 - 北空知中学校野球大会(～16日)
 - 全道社会人サッカー選手権大会旭川予選会(～16日)

※詳細は、深川市スポーツ協会ホームページ
(<https://mypage.fukanavi.com/taikyoy/>)「行事・大会カレンダー」からご覧いただけます。
【QRコードは右記】



アグリ工房まあぶからのお知らせ

変わり風呂(ルイボスティー風呂)

アトピーによる皮膚症状の改善効果、シミやしわを予防する美肌効果があります。

★日時 5月24日(金)～25日(土)
午前10時～午後9時

北邦野草園散策

★日時 5月26日(日) 午前8時30分～午後1時
★集合場所 アグリ工房まあぶ
(午前8時15分までに集合)

★対象 小学生以上
★定員 30人(先着順)
★内容 旭川市内にある北邦野草園などを散策します。

★講師 グリーンインストラクター
竹村繁夫さん
★参加料 1,300円(半額入浴券・昼食代含む)
★持ち物 帽子、雨具(雨天の場合)
★申込期限 5月24日(金) 午後3時まで
★その他 歩きやすい服装と靴で参加してください。
送迎を希望する場合は、申込時に申し出て、当日は午前8時10分までに中央公民館に集合してください。

まあぶ箸作り教室

ひのきの端材を使って、世界で一つだけの箸を作ります。

★日時 5月19日(日)・6月2日(日)
午後1時30分～3時

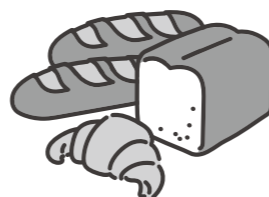
★対象 小学生以上
★参加料 700円
★申込期限 各開催日前日の午後5時まで

手作りパン作り教室

道産の小麦粉を使い、毎回違う種類のパンを作ります。

★日時 5月16日(木)・22日(水)・26日(日)・6月1日(土)・7日(金)・11日(火) 午前10時～午後1時30分

★定員 各回15人(先着順)
★参加料 2,000円
★持ち物 エプロン、三角巾、持ち帰り用の箱など
★申込締切 各開催日の2日前まで
★その他 送迎を希望する場合は申込時に申し出て、当日は午前9時45分までに中央公民館に集合してください。



申込・問合せ先 アグリ工房まあぶ(☎26-3333)



イベント

児童センター行事(5/5～6/15)

【宝さがしゲーム大会】

▶日時 5月18日(土)
午後2時～3時
▶対象・定員 小学生10人
▶申込期限 5月18日(土)まで

【しっぽとりゲーム】

▶日時 5月22日(水)
午後4時～4時30分
▶対象・定員 小学生10人
▶申込期限 5月22日(水)まで

【スポーツ王ナンバーワン決定戦】

▶日時 5月25日(土)
午後2時～3時
▶対象・定員 小学生10人
▶申込期限 5月25日(土)まで
▶申込・問合せ先
児童センター(☎26-2411)



アンケートを 実施しています!!

広報ふかがわが市民のみなさんに愛され続けるとともに、時代の変化に合わせたよりよい広報活動を行えるよう、アンケートを実施していますので、みなさんの協力をお願いします。

回答は、下記QRコードまたは市ホームページからお願いします。

【URL】
<https://www.city.fukagawa.lg.jp/cms/section/soumu/ru8gdn0000000ugh.html>



【問合せ先】 秘書課秘書広報係
(☎26-2216)

パソコン教室・6月分

- ◆日程 右表のとおり
- ◆場所 マルチメディアセンター(プラザ深川内)
- ◆定員 12人(先着順)
- ◆対象 市民または市内の事業所に勤務する方
- ◆申込受付時間 午後1時～8時(日曜日、第4土曜日、祝日を除く)
- ◆その他
 - ①掲載講座のほかにも、設定人数以上の事前の申し込みで随時対応講座を開催します。
 - ②持ち物、使用ソフト、講座内容など詳しくは問い合わせしてください。
 - ③教材費はテキスト、実習用CDなどの実費です。
 - ④パソコン教室の開催時間や内容などの要望があれば連絡してください。
- ◆申込・問合せ先 マルチメディアセンター(☎22-3730 / ☎26-2151 / 電子メール multi@fukanavi.com)
※不在の場合は、総務課デジタル推進係(☎26-2711)へ電話してください。また、ホームページ(トップページのふかがわオンライン「パソコン教室」)から申し込みや内容確認ができます。

講座名	区分	日時	教材費
パソコン基礎講座	初心者	6/3(月) 14:00～15:30	500円
Excelステップ3実務	中級者	6/3(月) 18:00～19:30	500円
Wordステップ1基礎	初心者	6/10(月) 14:00～15:30	500円
Wordマスター	中級者	6/10(月) 18:00～19:30	—
Wordステップ2応用	中級者	6/12(水) 14:00～15:30	500円
Wordデザイン講座	中級者	6/14(金) 14:00～15:30	500円
Excelステップ1基礎	初心者	6/17(月) 14:00～15:30	500円
Excelマスター	中級者	6/17(月) 18:00～19:30	—
Excelステップ2応用	中級者	6/19(水) 14:00～15:30	500円
①インターネット活用講座	初心者	6/21(金) 14:00～15:30	—
スマホ活用講座	初心者	6/24(月) 14:00～15:30	500円
②iPad基礎講座	初心者	6/26(水) 14:00～15:30	500円
②iPadマスター講座	中級者	6/28(金) 14:00～15:30	—

- ① 無料通信アプリLINE(ライン)を使用できるタブレット端末やスマートフォンなどを持っている方は持参してください。
 - ② 2アップル社製iPadの講座です。iPadを持っている方は持参してください。
- ※ iPadの貸し出しを希望する場合は申し込みが必要です。

2024 ふかがわスプリングフェスタ

月日時 5月25日(土) 午前9時30分～午後0時30分
月場所 生きがい文化センター

月内 容 園芸市・消費生活展・フリーマーケット・屋外演奏会・縁日コーナーほか
月問 合 先 ふかがわスプリングフェスタ実行委員会事務局(☎番窓口/都市建設課内 ☎26-2304)
※園芸市とフリーマーケットに出店を希望する方は、広報ふかがわ4月号12ページをご覧ください。

消費生活展

月時 間 午前9時30分～正午
月内 容 食品ロス・特殊詐欺などのパネル展示
月問 合 先 深川消費者協会事務局
(☎番窓口/商工労働観光課内 ☎26-2264)

園芸市

月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月店 数 4店(予定)
月販 売 品 目 花苗・植木・肥料・木工など園芸と木育に関する商品
月問 合 先 深川市を緑にする会事務局
(☎番窓口/都市建設課内 ☎26-2304)

親子トンカチ教室

月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月対 象 中学生以下の子どもとその保護者
月定 員 20組(当日受け付け/先着順)
月内 容 鳥の巣箱を作ります
月参 加 料 無料
月問 合 先 ふかがわスプリングフェスタ実行委員会事務局
(☎番窓口/都市建設課内 ☎26-2304)

木工クラフト体験

月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月定 員 50人(当日受け付け/先着順)
月参 加 料 無料
月問 合 先 ふかがわスプリングフェスタ実行委員会事務局
(☎番窓口/都市建設課内 ☎26-2304)

路線バス乗り方教室

月時 間 午前10時30分～11時30分
月定 員 30人程度(当日受け付け/先着順)
月参 加 料 無料(参加者プレゼントあり)
月問 合 先 市地域公共交通活性化協議会
(☎番窓口/まち未来推進課内 ☎26-2246)

花の寄せ植え教室

月時 間 午前10時30分～11時30分
月定 員 20人(先着順)
月受 講 料 1,500円(材料費)
月申 込 期 限 5月17日(金)まで
月申 込 ・ 問 合 先 深川市を緑にする会事務局
(☎番窓口/都市建設課内 ☎26-2304)

フリーマーケット

衣類・おもちゃなど多数出品予定です。
月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月店 数 30店予定(屋外のみ)
月問 合 先 市環境衛生協会事務局
(☎番窓口/市民生活課内 ☎26-2444)

水素自動車の展示など

月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月内 容 水素自動車(FCV)の展示、綿あめの無料作成体験
月問 合 先 市環境衛生協会事務局
(☎番窓口/市民生活課内 ☎26-2444)

ボトルxボトルの仕組み展示

月時 間 午前9時30分～午後0時30分
月内 容 ペットボトル水平リサイクルのパネル展示
月問 合 先 市環境衛生協会事務局
(☎番窓口/市民生活課内 ☎26-2444)

5月25日は路線バス「市内循環線」無料DAY

公共交通利用促進の一環として、同日限定で「市内循環線」を全便乗車無料としますので、本イベントへの来場にもぜひ利用してください。詳しくは市ホームページを確認してください。
●問合先 市地域公共交通活性化協議会
(☎番窓口/まち未来推進課内 ☎26-2246)

温水プール「ア・エール」

5/5～6/15

■休館日 5/7・13・20・27・6/3・10
■問合先 温水プール「ア・エール」(☎26-8211)

区分	日時	対象【定員】	参加料	申込方法
VTRde撮泳&ワンポイントアドバイス	5/26(日) 15:00	高校生以上【10人】	1人10分 1,500円 (施設利用料は各自負担)	フロントまたは電話で随時受け付け(先着順)
大人の短期水泳教室	5/18(土)・19(日) 16:00～17:00	水泳指導に興味がある方【10人】	3,500円(保険料500円含む)	

5月の教室無料体験

「ア・エール」の水泳教室を体験してみませんか?

- ◆対象教室・時間 下表のとおり
- ◆対 象 高校生以上で教室受講生以外の方
※ベビー水泳教室は、6カ月から2歳6カ月の乳幼児と保護者
- ◆持 ち 物 水着・水泳帽子・水中ゴーグル・バスタオル
- ◆定 員 各3人 ※ベビー水泳教室は3組
- ◆申込受付 フロントまたは電話で受け付け(先着順)
- ◆参 加 料 無料(施設利用料と保険料500円は各自負担)

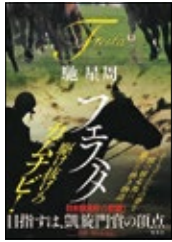
時間	5/14(火)	5/15(水)	5/16(木)	5/17(金)	5/18(土)	教室名・レッスン内容
10:00		10:10～10:50 ・ベビー水泳			10:10～10:50 ・ベビー水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・初級…水慣れからクロール・背泳ぎを練習します。 ・初中級…クロール・背泳ぎの基本から平泳ぎまでを練習します。 ・中上級…平泳ぎ・バタフライを中心に練習します。 ・上級…4泳法を練習します。 ・マスターズ…水泳競技会に向けて4泳法の泳力・泳速向上・自己記録向上・体力向上を目指します。 ・水中運動…中高年の腰痛や肩こり改善・運動不足解消を目的に運動します。 ・気になり…水の中で体を動かし無理なくシェイプアップすることを目的に運動します。 ・アクアサイズ…軽快な音楽に合わせて水の中で体を動かします。 ※4泳法とは…クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライのこと。
11:00	11:10～12:00 ・初中級 ・上級	11:10～12:00 ・初中級 ・上級	11:10～12:00 ・初級 ・中上級	11:10～12:00 ・初中級 ・上級	11:10～12:00 ・初中級 11:10～12:10 ・マスターズ	
12:00	12:10～12:40 ・水中運動	12:10～12:40 ・気になり	12:10～12:40 ・水中運動	12:10～12:40 ・気になり		
13:00	13:00～13:45 ・初級		13:00～13:45 ・中上級	13:00～13:30 ・スタート&ターン 13:30～14:00 ・バタフライ①		
14:00	14:00～14:45 ・中上級		14:00～14:45 ・初級			
15:00	15:00～15:50 ・水中運動		15:00～15:50 ・水中運動			
16:00						
17:00						
18:00				18:30～19:00 ・気になり		
19:00	19:10～20:00 ・初中級 ・上級	19:10～20:00 ・中上級 19:10～19:40 ・気になり 19:40～20:10 ・初級	19:10～20:00 ・初中級 19:10～20:10 ・マスターズ	19:10～20:00 ・中上級 19:10～19:40 ・初級 19:40～20:10 ・バタフライ①		

- ①主にキックの練習や手の動作を練習します。
- ②主に手と足の動きを合わせた泳ぎ方を練習します。
- ③泳力アップやより良い泳ぎ方など、技術力向上を目指して練習します。





今月の司書のオススメ本



【フェスタ】(馳星周)

北海道で競走馬の生産牧場を営む三上親子は、「凱旋門賞」で力を発揮できるのは、ステイゴールドの血統に違いないと確信していた…。競走馬に懸けた熱き思いを描く。



【水脈】(伊岡瞬)

神田川護岸の排水口から遺体が発見された。遺体は地下水路を流れて流れてきたらしい。和泉署に合同捜査本部が立てられ、宮下は久しぶりに真壁と組むことに…。



【魂の歌が聞こえるか】(真保 裕一)

新人バンドのデビューに奔走するレコード会社。契約を勝ち取り、狙うはアニメの主題歌。次々と難題がふりかかり、予想外の事態に。彼らは何かを隠してる！ 迫真の音楽業界ミステリー。

移動図書館車「らんらん号」運行日程 5月・6月

ステーション名・時間		5月	6月
JAきたそらち 音江支所前 13:15～13:45	北新小学校前 14:15～15:20	15日 29日	12日 26日
グループホーム 忘れな草駐車場 13:15～13:45	一已小学校前 14:15～15:20	16日 30日	13日 27日
あけぼのコミュニティ センター前 13:15～13:45	多度志小学校前 14:15～15:20	17日 31日	14日 28日
健康福祉センター 「デ・アイ」東側出入口 12:45～13:15	深川小学校前 14:15～15:20	8日 22日	5日 19日
深川消防署 旧更進詰所前 13:15～13:45	納内小学校前 14:15～15:20	9日 23日	6日 20日
ひいらぎ荘駐車場 13:15～13:45	音江小学校前 14:15～15:20	10日 24日	7日 21日

予約ベスト

- 1位 ともぐい (河崎秋子)
- 2位 姥玉みつつ (西條 奈加)
- 3位 ブラック・ショーマンと覚醒する女たち (東野圭吾)

※予約ベストは、図書館ホームページ (<https://ikibun.com/library/>) から最新の情報がご覧になります。

【QRコードは右記】



5月の図書新着案内

▼一般図書

殺める女神の島(秋吉理香子)
うたう (小野寺史宜)
チワワ・シンドローム (大前粟生)
方舟を燃やす (角田光代)
うまいダツツ (坂木司)
そして誰かがいなくなる (下村敦史)
うらはぐさ風土記 (中島京子)
しんがりて寝ています (三浦しをん)
ニューワールド (凧良ゆう)
毎日おみそ汁365日 (えちごいこ味噌)
80歳。いよいよこれから私の人生 (多良久美子)
野生動物学者が教えるキツネのせかい (塚田英晴)
自分の親に読んでほしかった本 (フリッパ・ペリー)
ルポ日本異界地図 (風来堂)
科学がつきとめた「運のいい人」 (中野信子)
お金の不安がなくなる小さな習慣 (有川真由美)
メディアの「罪と罰」(松本一弥)
世界一流エンジニアの思考法 (牛尾剛)

▼児童書

よりくんのくつした (はせがわさとみ)
わらのうし (八百板洋子)
おすしがあるひたびにでた (田中達也)
しば犬こたのさんぽぽ (影山直美)
そそそそ (たなかひかる)
ぼくはふね (五味太郎)
ポッポーきかんしゃはなさんぽ (とよたかずひこ)
女の子でも総理大臣になれる? 国会への道 (辻本清美)
マンガ&図解新しい紙幣の物語 生物<植物・昆虫・動物>がわかる (藤子・F・不二雄)
ぼうずがびょうぶに上手にぼうずの絵をかいた(ながたみかこ)
画の悲み (国木田独歩)
ふでばこのくのにの冒険 (村上しいこ)
アミとミアのプリンセス・ドレス (和田奈津子)

行事 *無料*

【謎解きイベント】

- *期 間 4月23日(火)～5月12日(日)
- *内 容 図書館内での謎に答えるイベントです
- *参加方法 図書館カウンターで回答用紙を受け取って参加してください。全問正解者には、しおりをプレゼントします。

星空教室 *無料*

- 巨大スクリーンに季節の星空をCGで投影・解説します。
- *日 時 5月11日(土)・6月8日(土) 午後3時
- *問合先 生きがい文化センター(☎22-3555)