

# カムイの杜公園からのお知らせ



冬のカムイの杜公園は、楽しさイッパイ!



## 体験学習プログラム!

カムイの杜公園では、各種体験学習プログラムをご用意しております。お気軽にご参加下さい。

お問合せ・申込み TEL 0166-63-4045

| 体験学習教室名        | 開催日       | 開催時間         | 対象者            | 講師         | 受講料  | 募集人数 | 募集期間          |
|----------------|-----------|--------------|----------------|------------|------|------|---------------|
| 12月 小物入れ作り教室   | 12月11日(日) | 9時30分～11時30分 | 市内小学生<br>4～6年生 | 体験学習館職員    | 500円 | 15名  | 11/19～12/4    |
| 1月 凧作り教室       | 1月8日(日)   | 9時30分～11時30分 | 市内小学生          | 体験学習館職員    | 300円 | 15名  | 12/20～12/29   |
| 2月 マガジンラック作り教室 | 2月12日(日)  | 9時30分～11時30分 | 市内小学生          | 体験学習館職員    | 400円 | 15名  | 1月中旬～<br>(予定) |
| 3月 自然観察教室      | 3月4日(日)   | 9時30分～11時30分 | 市内小学生          | 嵐山公園センター職員 | 無料   | 15名  | 2月中旬～<br>(予定) |



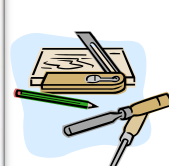
小物入れ作り教室



凧作り教室



マガジンラック作り教室



## わくわくエッグで遊ぶ!

わくわくエッグは、ドーム型の屋内遊戯広場。滑り台や迷路、ネット遊具などで遊べるヨ!



木の滑り台



木のボールプール



ウォールクライミング



## そとで遊ぶ!

冬のカムイの杜公園は、そとでも遊べます。温かい服装で元気よくあばれちゃおう!



チューブ滑りもあります

「積雪の関係上開始日はお問合せ下さい」



クロスカントリーコース

### ■クロカントリーコースのお問合せ先

- ・富沢クロスカントリーコース 電話 62-5349
- ・旭川市教育委員会社会教育部 スポーツ課 電話 23-1944



## カムイの杜公園

〒070-8024 旭川市神居町富沢  
定休日 第2月曜日 12月30日～1月4日

TEL 0166(63)4045 FAX 0166(73)9747



当協会ホームページでは、各種講習会・開花情報・運動施設空き情報など、市内公園の様々な最新情報を掲載しています。

HPアドレス [www.asahikawa-park.or.jp](http://www.asahikawa-park.or.jp)

財団法人旭川市公園緑地協会

〒070-0901 旭川市花咲町3丁目花咲スポーツ公園内

TEL0166(52)1934(代)・FAX0166(55)0550









# 忠和公園体育館（ヘルスガーデン忠和）からのお知らせ

忠和公園は、旭川市が平成2年に健康都市宣言をし、平成3年度から緑豊かな環境の中で誰もが日常的に健康運動が楽しめる公園として、10か年計画で整備されました。

健康運動公園は、競技型のスポーツではなく、老若男女を問わず市民各層が個々の運動能力に応じて、基礎体力の維持増進を図るとともに、スポーツレクリエーション活動を通じた市民の交流の場をめざしております。



## 各種講習会のご紹介

忠和公園体育館では、5月から12月までの間、各種講習会を開催しています。専門の外部講師を迎え「健康運動教室」として、複数回開催しておりますので、お気軽にご参加下さい。



太極拳教室



エアロビクス教室



ヨガ教室



リフレッシュフラダンス教室

## 忠和体育館 各施設のご紹介



### 屋外 歩くスキーコース

開設期間 12月下旬～3月中旬  
(12/30～1/4を除く)  
開場時間 午前10時～午後4時  
距離 2.4km  
料金 無料  
貸しスキー 忠和公園体育館  
(無料) (休館日を除く)  
台数 20台  
午前10時～午後4時

毎月、曜日・時間によって使用できる種目が異なります。なお大会等があり使用できない日もございますので、詳細につきましては当協会ホームページ又は電話にてご確認下さい。  
address [www.asahikawa-park.or.jp](http://www.asahikawa-park.or.jp)  
電話 0166-69-2345

## 忠和公園体育館ご利用案内

### ■施設使用料

個人使用料

|       |      |
|-------|------|
| 一般    | 150円 |
| 高校生   | 100円 |
| 中学生以下 | 無料   |

- ・障がい者の方は5割減免となります。
- ・定期券、回数券もあります。

### ■利用時間

|                 |               |
|-----------------|---------------|
| 体育室・ウォームアップコーナー | 9:00～21:00    |
| 健康体力チェック室       | 9:00～17:00    |
| 健康相談コーナー（週4日）   | 10:00～15:00   |
| 健康運動研修室         | ① 9:00～12:00  |
|                 | ② 13:00～17:00 |
|                 | ③ 18:00～21:00 |

### ■休館日

毎月第4月曜日(月曜日が祝日の場合火曜日)  
年末・年始 12月30日～1月4日

### ■アクセス



### 交通

道北バス 59 61 62 64 65 663 664  
忠和5の3バス停下車：徒歩約5分

忠和公園体育館  
〒070-8021 旭川市神居町忠和  
TEL0166(69)2345・fax0166(69)2346  
[www.asahikawa-park.or.jp](http://www.asahikawa-park.or.jp)





# 東豊公園体育館

東豊公園体育館は、屋外で行うスポーツ等を天候に左右されずに楽しめます。冬期間でもテニス・ゲートボール・パークゴルフ等、屋内でプレー出来る貴重な空間です。床は通常の体育館と違い、砂入り人工芝によって、各種スポーツに対応しています。



## 体育館内の各利用種目（冬期間 11月1日～4月30日）



体育館内では、皆様のご要望に沿って、曜日・時間・夏冬毎に利用種目を変更しています。ご利用の際は、当協会ホームページ又はお電話でご確認下さい。

address  
電話

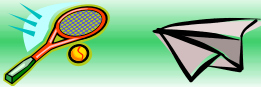
www.asahikawa-park.or.jp  
0166-36-7300



| 曜日<br>時間      | 日                  | 月                   | 火      | 水      | 木                   | 金      | 土                   |
|---------------|--------------------|---------------------|--------|--------|---------------------|--------|---------------------|
| <午前><br>9時～正午 | こども自由広場<br>《小・中学生》 | ちびっこ遊具広場<br>《幼・乳幼児》 | ゲートボール | テニス    | ちびっこ遊具広場<br>《幼・乳幼児》 | パークゴルフ | パークゴルフ              |
| <午後><br>1時～5時 | こども自由広場<br>《小・中学生》 | ちびっこ遊具広場<br>《幼・乳幼児》 | ゲートボール | テニス    | ちびっこ遊具広場<br>《幼・乳幼児》 | パークゴルフ | パークゴルフ              |
| <夜間><br>6時～9時 | 自由使用               | フットサル等              | テニス    | バドミントン | テニス                 | パークゴルフ | 軟式野球<br>(キャッチボールのみ) |



## 各種講習会



東豊公園体育館では、各種講習会を開催しています。講習内容及び開催予定月日等につきましては、当協会ホームページ又は電話にてお問い合わせ下さい。

address www.asahikawa-park.or.jp 電話 36-7300

## そとで遊ぼう



### チュービングコース

体育館横で、チューブ滑り用のスロープを設置します。  
(チューブの貸出しは無料)  
◆期間等につきましては積雪状況により定めます。電話にてお問合せ下さい。

## 東豊公園 屋外の施設 春から秋



運動広場(多目的グラウンド)



修景水路



コンビネーション遊具



駐車場入口

パークゴルフ場 9ホール



テニスコート(3面)

ゴムチップジョギングコース (780m)



### ACCESS

旭川電気軌道バス  
#40、41、46、47  
(旭川駅発 旭山動物園行き)  
東旭川2丁目下車  
徒歩約6分



◆利用時間 午前9時～正午  
午後1時～午後5時  
午後6時～午後9時  
◆定休日 毎月第4月曜日

体育館以外の施設は、すべて無料です。

| 体育館使用料 |      |
|--------|------|
| 大人     | 150円 |
| 高校生    | 100円 |
| 中学生以下  | 無料   |

所在地 旭川市豊岡12条11丁目1番  
電話 0166-36-7300  
FAX 0166-36-7301  
address www.asahikawa-park.or.jp





# 旭川市緑の相談所からのお知らせ

こころあたたかな街と、暮らしに緑と花の潤いを……旭川市緑のセンター

緑の樹々、美しい草花、そして自然は  
私たちのこころに潤いと安らぎを与えてくれる、貴重な財産です。  
この自然の恵みをまもり、育ててゆくことはとても大切なことです。  
「旭川市緑のセンター」は、身近に生きづく自然の緑を  
毎日の暮らしに、そして明日の街づくりに活かしていくために  
その中心的な役割を果たす施設です。



## 各種講習会のご案内



|     | 講習会名                          | 開催日      | 開催時間        | 対象者 | 講師                   | 受講料<br>教材費 | 募集人数 | 募集期間        |
|-----|-------------------------------|----------|-------------|-----|----------------------|------------|------|-------------|
| 12月 | 「クリスマスからお正月の寄せ植え」             | 12月4日(日) | 13:30~15:30 | 一般  | フラワーマスター<br>山本裕美     | 2,000円     | 20名  | お問合せ<br>下さい |
| 2月  | 「果樹の剪定と栽培管理」<br>プラム・サクランボなど落葉 | 2月19日(日) | 13:30~15:30 | 一般  | ふじくらすも果樹園<br>代表 増茂 聡 | 無料         | 50名  |             |
|     | 「洋ラン！」<br>春から夏の育て方            | 2月26日(日) | 13:30~15:30 | 一般  | 旭川蘭友会<br>顧問 笠原 幸三    | 無料         | 50名  |             |
| 3月  | 春作業<br>花と野菜の種まきと育苗            | 3月11日(日) | 13:30~15:30 | 一般  | 協会職員                 | 無料         | 50名  |             |



クリスマスからお正月の寄せ植え



果樹の剪定と栽培管理



洋ラン！春から夏の育て方

## 各種展示会のご案内

|     | 展示会名               | 開催期間        | 開催時間      | 展示団体等  |
|-----|--------------------|-------------|-----------|--------|
| 12月 | 神楽岡公園の自然写真展        | 12月3日~1月29日 | 午前9時~午後5時 | 井原久夫   |
| 2月  | 神楽岡公園の四季写真展        | 2月3日~2月26日  | 午前9時~午後5時 | 井原久夫   |
| 3月  | 道新文化センター「温室の植物写真展」 | 3月3日~4月1日   | 午前9時~午後5時 | 渡辺耿沃教室 |

## 植物展示室のご案内

御来館の際には、ぜひ植物展示室をご覧ください。普段あまり目にする事のない熱帯植物や、パイナップルやバナナなど実際に実がなっているところを見られるかも知れません。



## 歩くスキーコース



神楽岡公園内には、冬期間「歩くスキーコース」が設置されます。喧騒を忘れ、吸い込まれそうな静けさの中、汗を流してみませんか。



- ・開設期間 12月下旬~3月4日
- ・開場時間 午前10時~午後4時
- ・距離 3km
- ・貸しスキー 緑の相談所(無料) (月曜日は休館)  
開設日から2月19日まで  
※積雪の関係上、期間等変更する事があります。

## 相談コーナー

conferenc

ご家庭に、鉢物・庭木等植物をたくさんお持ちの方は多いはず。 「花が咲かないのはなぜ?」「水は毎日やってもいいの?」など花や緑に関するご相談・ご質問にお答えしています。直接ご来館されてのご質問、お電話でのお問合せなどお気軽にご利用下さい。

## 旭川市緑の相談所

旭川市神楽岡公園  
ご相談・お問合せ 電話 0166-65-5553  
FAX 0166-65-5626





お問合せ(スケート場)  
0166-54-1142



### 花咲スポーツ公園 歩くスキーコース

旭川市花咲町1~4丁目  
期間 12月下旬~3月初旬  
コース距離 3km  
貸しスキー スケート場受付  
開設日~2月19日まで 12/30は、17時まで  
(12/31~1/1を除く)

スタート・ゴール

貸しスキー  
スケート場受付

お問合せ(緑の相談所)  
0166-65-5553

### 神楽岡公園 歩くスキーコース

旭川市神楽岡公園  
期間 12月下旬~3月4日  
コース距離 3km  
貸しスキー 緑の相談所  
開設日~2月19日まで  
(月曜日は休館日)



スタート・ゴール

貸しスキー・トイレ  
緑の相談所

## 旭川市 歩くスキーコースのご紹介

旭川市内には、5か所の歩くスキーコースがあります。貸しスキーもご用意しておりますので(東光スポーツ公園を除く)、冬期間の運動不足解消に、ぜひチャレンジしてみてください。

- ◆利用時間 午前10時~午後4時
- ◆貸出時間 午前10時~午後4時

(積雪の関係上、期間を変更する事があります)

利用時間中、スノーモービルでコース整備を行なう事があります。ご協力をお願いします。

### 東光スポーツ公園 歩くスキーコース

旭川市東光21条~25条7丁目  
期間 12月下旬~3月初旬  
コース距離 1.5km  
貸しスキー なし

お問合せ(東豊公園体育館)  
0166-36-7300

スタート・ゴール

トイレ



### 忠和公園 歩くスキーコース

旭川市神居町忠和  
期間 12月下旬~3月中旬  
コース距離 2.7km  
貸しスキー 忠和体育館受付  
開設日~3月中旬  
(第4月曜日休館)

お問合せ(忠和公園体育館)  
0166-69-2345

スタート・ゴール

トイレ

貸しスキー  
忠和体育館受付

### 春光台公園 歩くスキーコース

字近文5・6線3号~5線5号  
期間 12月下旬~3月4日  
コース距離 5km  
貸しスキー 春光台公園管理事務所  
開設日から2月19日まで、毎週火曜貸出休み

お問合せ(管理事務所)  
0166-52-0694

西側コース 2.5km

スタート・ゴール

トイレ

貸しスキー  
公園管理事務所

東側コース 2.5km

