広報 ふらの
11
2026年 お知らせ版 vol.356

もっともっと！スキー場へ行こう！

今年も市民限定の優待事業

2026-2027シーズン、今年も富良野市民の方は特別な料金でスキーライフをお楽しみいただけます。

「市民スキーリフト施設利用券」と併せて、「スキーライフ応援クーポン」を使用していただくことで、富良野スキー場の**1日券が2,000円**で購入可能となります。

世界に誇るスキー場のあるまちに暮らす市民として、お子様やご友人、ご家族とともにスキーライフを楽しみ、冬を満喫しながら、このまちの魅力を改めて感じてみませんか。

ご利用に際しては、住所確認等、所定の手続きが必要となりますので、富良野市公式ウェブサイト等をご確認ください。

「スキーライフ応援クーポン」及び「市民スキーリフト施設利用券」は、**11月25日㈫より**申請・配布開始です。

市民限定 リフト券特別料金

市民スキーリフト施設利用券

配布場所

・富良野市複合庁舎総合窓口（1階）
・図書館　・スポーツセンター　・山部支所
・東山支所　・JR富良野駅横　観光案内所
・ふらの農協本所総務課（2階）

配布日

11月25日㈫から

問い合わせ

ふらのスキー場　☎22-1111



富良野市 スキーライフ応援事業

スキーライフ応援クーポン

配布場所

・富良野市複合庁舎総合窓口（1階）
・山部支所　・東山支所

配布日

11月25日㈫から
※祝祭日を除く平日8:30～17:15の間

問い合わせ

コミュニティ推進課　☎39-2311

スキーライフ応援事業の詳細やクーポン券の受け取り方法については、下記QRコードから富良野市公式ウェブサイトでご確認ください。

なお、ナイター券との併用はできません。

クーポン券は5回まで利用することができます。

富良野市公式ウェブサイトはこちらから

English Page Available Here

2026(11)広報ふらの お知らせ版
No.356 令和8年11月16日発行
［編集発行］富良野市総務部企画振興課
〒076－8555 北海道富良野市弥生町1番1号
［電話］0167－39－2304［FAX］0167－23－2120
［公式ウェブサイト］https://www.city.furano.hokkaido.jp/

くらしの情報 《12月の予定》

各種相談や健診日程など相談は無料です。日程は変更になる場合がありますので、事前に電話で確認のうえ利用してください。

年間予定

暮らし

生活相談
相続、離婚、人権、近所トラブルなどの生活相談
月～金　9:30～12:00　13:00～16:30

無料法律相談
弁護士による無料法律相談
要予約
12/13日　11:00～15:00

定例行政相談
国・道・市の仕事に対する要望、意見などの行政相談
12/7月 10:00～15:00
12/21月 10:00～15:00
問市民相談室
☎23-1235（内線2090）

消費生活相談
商品やサービスなどの消費生活に関する苦情、問合せ、相談
要予約
月～金　9:00～16:00
問消費生活センター
☎39-1166

DV相談
家庭内の暴力や暴言などの悩み相談
月～金　8:30～17:15
問コミュニティ推進課
☎39-2311

ひとり親家庭相談
ひとり親家庭の養育、経済上の相談
月～金　8:30～17:15
問こども未来課
☎39-2223

マイナンバーカードの夜間窓口
交付・電子証明書更新・記載事項変更などの手続
要予約
月～金　17:15～18:30
問市民課戸籍住民係
☎39-2301



おくやみコンシェルジュ
大切な人が亡くなったあと、市役所での手続（葬祭費の申請、年金の手続など）
要予約
月～金 ①10:00 ②13:15 ③15:15
問市民課医療年金係
☎39-2310

自動車運転免許証更新時講習
優良運転者
12/4金 12/15火 13:00～
一般運転者
12/4金 12/15火 14:00～
違反運転者
12/9水 13:00～
12/18金 13:00～
問富良野警察署
☎22-0110

市税の納期
12/28月
市道民税（4期）
国保税（6期）
介護保険料（6期）
後期高齢者医療保険料（6期）
問税務課　☎39-2302

健康

乳幼児健診
乳幼児の成長や発達の確認、育児相談を行う健診
対象者には連絡します
乳児健診（4カ月、9カ月）
12/9水　13:00～
幼児健診（1歳6カ月、3歳児）
12/22火　13:00～
5歳児健診
12/15火　13:00～

健康相談
妊産婦、乳幼児から成人までの健康相談
月～金　8:30～17:15
問保健医療課
☎39-2200



思春期・こころの健康相談
健康相談、思春期こころの健康相談
（医師による定例相談）
要予約
12/3木 10:30～11:30
12/21月 14:00～15:00

女性の健康相談
妊娠、出産、子育て、不妊、思春期や更年期の心身の健康相談
要予約
12/3木 10:00～16:00

肝炎・HTLV-1 梅毒・骨髄バンク
肝炎検査、HTLV-1、梅毒検査、骨髄バンク登録
要予約
12/16水 11:00～14:00
問富良野保健所
☎23-3161

こども

北海道小児救急電話相談
月～土　19:00～23:00
祝日・年末年始は休み
☎011-232-1599
または# 8000

育児の相談
子育てに関することならどんなことでも
月～金　8:30～17:15
問子育て支援センター
☎39-2335

家庭児童相談
こどもの虐待、しつけ、養育の相談支援
月～金　8:30～17:15
問こども家庭センター
☎39-2335

こどもの相談窓口
「学校に行きたいのに行けない」ひとりで悩まず相談しよう
毎日24時間対応（無料）
問子ども相談支援センター
☎0120-3882-56

いじめ・就学相談
いじめ、心身障がい、経済事情など就学に関する相談
月～金　8:30～16:00
問教育支援課
☎39-2320

不登校の相談
学校のことで困ったときの相談窓口
月～金　9:00～16:00
問教育支援センター
☎39-2333

高齢者

高齢者の総合相談
介護保険、認知症など
月～金　8:30～17:15
問地域包括支援センター
☎39-2255

国民年金の相談
月～金　8:30～17:15
問市民課医療年金係
☎39-2310

年金の出張相談
要予約
12/8火 10:00～15:30
問旭川年金事務所
☎0166-25-5606

その他

生活資金の相談
月～金　8:30～17:15
問社会福祉協議会
☎39-2215

創業・一日公庫相談会
12/10木 11:00～14:00
問商工会議所　☎22-3555

障がい者虐待 差別解消の相談
月～金　8:30～17:15
問福祉課　☎39-2211



次号　広報ふらの　12　月号　12月1日　発行
　　お知らせ版　12　月号　12月15日　発行

市政へのご意見・広報に掲載してほしい記事をお寄せください。
https://www.harp.lg.jp/W6WLAIiD

広報ふらのは古紙パルプ配合率60%再生紙を使用しています。

QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。

ふらの市民講座 自主企画講座
令和8年度 富良野沿線 下の句かるた教室③

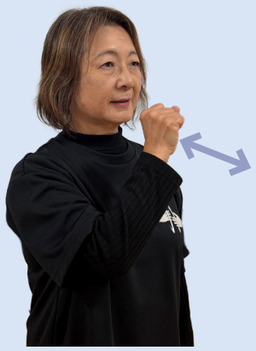
競技かるた（下の句かるた）を体験し、伝統ある和歌に親しむ機会を提供します。

また、3月 14 日に富良野市で開催予定の「富良野沿線こども歌留多交流会」に向けた練習の場として実施するとともに、交流会終了後も継続して活動し、競技力の向上と参加者相互の親睦を深めます。

- **と き** 12/5 ～ 1/30 の毎週土曜日 13:00 ～ 17:00 ※1/2 は休み
- **ところ** ふれあいセンター 1階 教養娯楽室
- **講 師** 富良野一声歌留多倶楽部
- **対 象** 富良野沿線にお住まいの小学1年生～高校3年生
- **参加料** 無料
- **持ち物** 動きやすい服装、飲み物
- **申込み** 右記QRコードまたは電話でお申し込みください
- **問合せ** 学びのまち推進課 ☎ 39 - 2318

今日から始まる手話 #6

「風邪」



右手の拳を口元に当て、咳をするように動かします。

市公式YouTubeでは他の手話も紹介しています ▸
手話協力:手話サークルひとみ

ふらの市民講座
匠直伝!! 本格手打ちそば体験講座

そば打ちを体験し、基本的な技術の習得を目指します。

また、自ら打ったそばをご家庭で味わうことで、日本の食文化への理解と関心を深めていただきます。

- **と き** 12/19 ㈯ 9:00 ～ 12:00
- **ところ** 生涯学習センター 2階 調理室
- **講 師** 郡司 正行 氏、一永 俊彦 氏
- **定 員** 市内在住の方 15名（先着順）
- **参加料** 2,500円（材料費）※当日徴収します
- **持ち物** 筆記用具、エプロン、三角巾、暖かい服装
- **申込み** 12/11 ㈮までに右記QRコードまたは電話で申し込みください
- **問合せ** 学びのまち推進課 ☎ 39 - 2318



ふらの市民講座 自主企画講座
ヨ ガ 教 室

農作業の閑散期に合わせ、健康づくりを目的としたヨガ教室を東山地区で開催します。ヨガを通して体の声を聴き、冬場の運動不足を解消してみませんか？

- **と き** ① 12/2 ㈫ ② 1/12 ㈫ ③ 2/2 ㈫ 10:00 ～ 12:00
- **ところ** 東山公民館
- **講 師** 山縣 香織 氏
- **対 象** 市内在住の方 各回10名
- **参加料** 各回1,000円
- **持ち物** ヨガマット（大きめのバスタオル）、タオル、ブランケット、飲み物
- **申込み** 右記QRコードまたは電話で、各回実施3日前までにお申し込みください
- **問合せ** 学びのまち推進課☎ 39 - 2318



LINE 富良野市公式 LINE 友だち登録募集中

図 書 館

☎22 - 3005

12月の休館日（毎週月曜休館）
7 ㈪・14 ㈪・21 ㈪・28 ㈪
25 ㈭ 月末整理休館
31 ㈬ 年末休館

開館時間
火 水 木 金 10:00 ~ 18:00
土 日 9:00 ~ 17:00

令和８年度蔵書点検結果のおしらせ

市立富良野図書館では、9月29日㈫から10月2日㈭まで蔵書点検を実施したところ、39冊の資料が所在不明となっていることが判明しました。お手元に貸出手続きをされていない図書や資料がありましたら、速やかにご返却くださいますようお願いいたします。図書館の資料は市民の皆様の貴重な財産です。適正な利用と期限内返却にご協力をお願いいたします。

あつめてつなごう！ 図書館WEBラリー開催中 11/29㈰まで

北海道内の図書館7館のホームページから7つの文字を見つけて、ヒミツの言葉を完成させよう！正解者に限定クリアファイルをプレゼント！カウンターでラリーシートを貰ってね。



どんぐりおはなし会 （毎週水曜日 15:00 ～）
と き 11/18 ㈬・25 ㈬・12/2 ㈬・9 ㈬・16 ㈬
ところ 1階 読み聞かせ室

どようびのおはなし会 （第2土曜日 10:30 ～）
と き 12/12 ㈯ **ところ** 2 階 多目的ホール

親子でたのしむえいごのおはなし会 （第3火曜日 10:30 ～）
と き 11/17 ㈫ **ところ** 2 階 多目的ホール

えいごのおはなし会 （第3土曜日 10:30 ～）
と き 11/21 ㈯ **ところ** 2 階 多目的ホール

ふらっと Furatto

冬休み短期教室（水泳・体育）

子 供 水 泳 教 室

3 日間集団コース
- **と き** 12/23 ㈬～ 25 ㈮ 10:30 ～ 11:30
- **対 象** 小学2年生以下で水慣れ習得を希望する方
- **料 金** 5,500 円（税込）※定員 12 名 ※小学生以上別途施設利用料

プライベートコース
- **と き** 12/23 ㈬～ 25 ㈮ 11:00 ～ 19:00 ※上記期間、並びに時間帯内で 45 分間のレッスンを1日間～3日間お選びいただきます
- **対 象** 4歳～成人
- **料 金** ● 1 日コース 5,500円 ● 2 日コース 8,800円 ● 3 日コース 11,000円（各税込） ※小学生以上別途施設利用料
- **申込み** 11/21 ㈯ フロント受付……10:00（プライベートコース 9:30） 電話受付 ……14:30

子供体育教室（マット運動）
- **と き** 12/26 ㈯・27 ㈰ 11:00 ～ 12:00
- **対 象** 年中～小学6年生
- **料 金** 4,400円（税込）※定員 20 名 ※小学生以上別途施設利用料
- **申込み** 11/30 ㈪ フロント受付……10:00 電話受付 ……14:30

「親子ピックルボール体験」「小学生ピックルボール体験」募集中
- **と き** 11/23 ㈪㈷ ①小学生体験 10:30 ～ 11:10 ②親子体験 11:20 ～ 12:00
- **ところ** ふらっと3階多目的室
- **対 象** ①小学生 8名 ②親子ペア（大人1名・子供1名）4組
- **料 金** 施設利用料のみ
- **申込み** 電話予約してください

問 中心街活性化センター ふらっと ☎ 22 - 5050

日本赤十字社 国内義援金・海外救援金の受付

日本赤十字社では、次の義援金・救援金を受け付けています。
皆さまのご協力をお願いします。

令和8年台風第25号災害義援金

▸**募集期限** 3/31㈫まで
▸**受付方法** 郵便振替（手数料免除）
【口座番号】00110-7-606005
【加入者名】日赤令和8年台風第25号災害義援金

令和8年台風第18号災害義援金

▸**募集期限** 12/28㈪まで
▸**受付方法** 郵便振替（手数料免除）
【口座番号】00110-4-489213
【加入者名】日赤令和8年台風第18号災害義援金

下記の2件は受付期間を3月31日㈫まで延長しました

令和8年熊本地震災害義援金

▸**受付方法** 郵便振替（手数料免除）
【口座番号】00190-3-605956
【加入者名】日赤令和8年熊本地震災害義援金

令和8年8月千葉豪雨災害義援金

▸**受付方法** 郵便振替（手数料免除）
【口座番号】00100-2-636358
【加入者名】日赤令和8年8月千葉豪雨災害義援金

※郵便局・ゆうちょ銀行窓口で取り扱う場合は、振替手数料が免除されます
※受領証の発行を希望する場合は、通信欄に「受領証希望」と記入してください

各義援金・救援金は日本赤十字社富良野市地区窓口（複合庁舎2階6番窓口）でも受け付けています

問合せ 福祉課 ☎39 - 2211

陸上自衛隊第2音楽隊 コンサート inFURANO

陸上自衛隊第2音楽隊は、旭川市に所在する師団唯一の音楽専門部隊です。
道北地域を中心に幅広い演奏活動を行い、地域と自衛隊を結ぶ架け橋として音楽の魅力を発信しています。
迫力ある吹奏楽の響きを、ぜひ会場でお楽しみください。

と き 12/19㈯ 開場13:30 開演14:00
ところ 文化会館 サンエーホール
入場料 無料
申込み 11/28㈯10:00から、次のいずれかの方法でお申し込みください
- 文化会館で配布（1人2枚まで、先着250枚）
- 申込フォーム（QRコード）から申込み（1人2枚まで、先着250枚）

※定員に達し次第、受付を終了します
問合せ コミュニティ推進課 ☎39 - 2311

「ふらのワイン会（冬）」のお知らせ

富良野産食材を活用した料理とふらのワインのペアリングを楽しむ「ふらのワイン会（冬）」を開催いたします。

と き 12/15㈫ 18:30 ～ 21:00
ところ フラノビストロ Salut（朝日町2－2）
参加費 一人 7,000 円（料理代・ワイン代含む）
定 員 12名（20歳以上・富良野市民優先・先着順）
申込み 左記QRコードからお申し込みください（定員になり次第終了）
問合せ ぶどう果樹研究所 ☎22 - 3242

複合庁舎への開庁時間外における電話受付について

12月1日より複合庁舎における電話受付について、夜間・休日は警備室につながりますが、通常のお問い合わせや各課への取り次ぎは対応いたしません。お問い合わせの際は、開庁時間内にあらためてお電話ください。開庁時間は、平日の午前8時30分から午後5時15分までになります
なお、人命に関わる事案や災害など、市民生活に重大な影響を及ぼす緊急のご連絡については、夜間・休日も受け付けます。お電話の際は、緊急の連絡であることと、その内容を警備員にお伝えください。

- 道路の陥没や倒木など、通行に危険がある場合
- ヒグマの出没などにより、市民の安全が脅かされるおそれがある場合
- その他、市民生活に重大な影響を及ぼす場合

第32回富良野吹奏楽団 定期演奏会



と き 12/12㈯ 開場17:30 開演18:00
ところ 文化会館 サンエーホール
入場料 500円（小学生以下無料）
チケット ミュージックランドおおみち ※当日券もあります
問合せ ミュージックランドおおみち ☎23 - 2211

“ふるさと納税”体験型返礼品 企画コンテスト

～大学生が実現可能性を追求した返礼品アイデアを聞いてみませんか～

富良野市の観光資源を生かした「体験型返礼品」の開発を検討している事業者向けの企画コンテストです。
北海学園大学経済学部の学生が考案した実現可能な企画を紹介し、気に入った企画書は持ち帰ることができます。
体験を生かした返礼品づくりのヒントとして、ぜひご活用ください。



と き 12/14㈪ 17:00 ～ 19:30（途中入退室可、興味のある企画のみの聴講も可能です）
ところ 文化会館 会議室 AB
対 象
- ふるさと納税返礼品提供事業者
- アクティビティ事業者
- 観光業、農業、飲食業関係者
- その他大学生の活動にご興味のある高校生・市民の方

定 員 20名（返礼品提供事業者優先）※参加無料
申込み 右記のQRコードからお申し込みください
問合せ 地域おこし協力隊（梶浦） ✉kajiura@ga-roo.com

富良野スキー場 富良野市民限定 企画！

昨年に引き続き富良野スキー場が、富良野市民を対象に様々なイベントや企画を行います。くわしくは折り込みチラシを確認してください。レンタル半額券、割引券（スキーリフト施設利用券）も合わせて折り込みになっています。

スキー・スノーボード レンタル半額

富良野スキー場内のレンタル商品を半額で利用できます。

		通常料金	特別料金
フルパッケージセット（スキーまたはスノーボードセット+ウェアセット+グローブ+ゴーグル）	大人 シニア	19,000 円	9,500 円
	こども	14,100 円	7,050 円
スキーまたはスノーボードセット	大人 シニア	8,900 円	4,450 円
	こども	5,800 円	2,900 円

朝一番滑走市民限定日 参加無料

富良野スキー場の人気イベント【ファーストラック（朝一番滑走）】に富良野市民限定日を用意。営業時間前のロープウェーで山頂へ行き、朝一番のまっさらなゲレンデを滑走しませんか。

と き 2/23㈫㊗ 富良野ロープウェー山麓駅舎チケット売場 7:20 集合
定 員 先着50名（市民限定） ※参加無料
申込み 2/22㈰ 17:00までに富良野スキー場に電話予約してください

スキーリフト施設利用券料金表

券種・期間		区分	通常料金	特別料金
1日券	11/28㈯～12/4㈭	大人	7,500円	3,750円
	3/23㈫～5/5㈫㊗	シニア	7,000円	
	12/5㈯～3/22㈰（振休）	大人	9,000円	4,500円
		シニア	8,500円	
ナイター券	平日	大人	3,100円	1,550円
		シニア	2,700円	
	12/26㈯～1/3㈰ 土日祝	大人	3,900円	1,950円
		シニア	3,700円	

- **本券は、富良野市民の方に限りご利用できます**
- 本券1枚につき、1名までご利用いただけます
- ご利用の際は、市民スキーリフト施設利用券をリフト券売場へ提出の上、リフト券をお買い求めください
- 小学生以下のお子さまもリフト券は必要です。リフト券売場で無料券をお求めください
- ご利用の際は、住所が確認できるものをご提示ください
- 利用券が追加で必要になった場合は、表紙に記載の施設で配布しています

問 富良野スキー場 ☎22 - 1111

季節労働者向け無料パソコン講習

種類	講習日	申込締切
パソコン入門コース（全4回）	1/13 ㈫・15 ㈭・18 ㈰・20 ㈫	1/6 ㈫
ワード・エクセル基礎コース（全６回）	1/25 ㈰・27 ㈫・2/1 ㈰・3 ㈫・8 ㈰・10 ㈫	1/18 ㈰
ワード・エクセル中級コース（全６回）	2/15 ㈰・17 ㈫・22 ㈰・24 ㈫・3/1 ㈰・3 ㈫	2/8 ㈰
パソコンビジネス活用コース（全4回）	3/8 ㈰・10 ㈫・15 ㈰・17 ㈫	3/1 ㈰

【申込みから受講までの流れ】

①協議会へ問い合わせ（電話で申請の予約が必要）
②協議会で受講申請の手続き
③富良野地域人材開発センターで受講

対 象　富良野市、上富良野町、中富良野町、南富良野町、占冠村に住民票のある季節労働者または元季節労働者　※定員 各２名

時 間　18:00 ～ 20:00

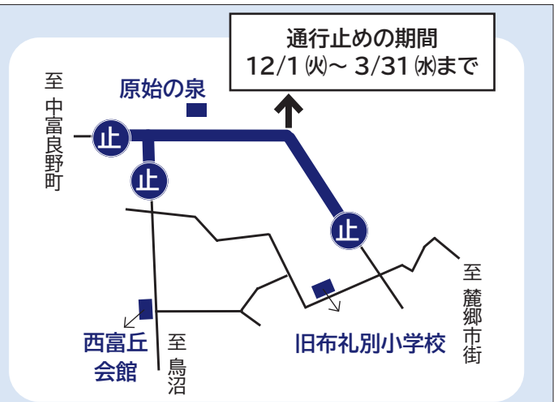
会 場　富良野地域人材開発センター

問合せ　富良野広域圏通年雇用促進協議会 ☎ 39 - 2312

冬期間通行止めのお知らせ

12 月 1 日から 3 月 31 日までの冬期間、地図で示した区間を通行止めとします。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 都市施設課 ☎ 39 - 2313



富良野市人口・世帯数（10月末現在）

人 口	18,938	（△53）
男 性	8,955	（△15）
女 性	9,983	（△38）
世 帯	10,463	（△37）

地区別	人口	世帯
富良野	16,785	9,273
山 部	1,581	917
東 山	572	273

※外国籍住民731人（△33）を含む。
（ ）は前月比

健康運動教室 ふまねっと

12月

1㈫	10:00	桂木児童センター
2㈬	13:30	南コミセン
3㈭	10:00	麻町児童センター
7㈰	10:00	山部支所
8㈫	10:00	栄町コミセン
8㈫	10:00	東部児童センター
15㈫	10:00	東部児童センター
16㈬	13:30	南コミセン
18㈭	14:00	西コミセン
21㈰	10:00	複合庁舎文化会館
23㈬	10:00	東春コミセン
24㈭	13:30	自主練習会
28㈰	10:00	北の峰コミセン



お茶を飲みながら気軽におしゃべりする「集いの場」です。認知症の方やその家族など、誰でも参加できます。専門員による相談対応やミニ健康講座、レクゲームもあります。〈参加無料〉

オレンジカフェお茶処すきっぷ

とき　11/29 ㈰ 10:00-12:00

ところ　サポートステーション すきっぷ 地域交流スペース麻町（西麻町 1-3）

問合せ　富良野あさひ郷 ☎ 23 - 1691

心身障がい者の巡回相談

とき　2/16㈫～17㈬

ところ　旭川市障害者福祉センター「おぴった」（旭川市宮前1条3丁目3番7号）

内 容　知的障がい者の方の療育手帳新規交付の判定及び等級変更がある場合の判定。身体障がい者の方の補装具についての専門的相談など

申込み　相談は予約制 12/3㈬までに福祉課に電話でお申し込みください

問合せ　福祉課 ☎39 - 2211

令和8年度自衛官候補生随時募集中

広報ふらの 10 月号 お知らせ版訂正のお知らせ

広報ふらの10月号お知らせ版の7ページ「ふらのワインハウス臨時休館」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

ふらのワインハウス

誤
12/ 1㈫より営業再開

正
12/2 ㈬より営業再開

TechRAMEN 2026 Conference

プログラミングや電子工作など、情報技術や電子技術に関する展示、講演、体験型プログラム（ハンズオン）を行う技術系カンファレンスです。

最新技術に触れながら、参加者同士の交流を深めることができます。

とき　【前夜祭】 11/20 ㈮ 17:00 ～20：30
【本祭】 11/21 ㈯ 9:45 ～ 18:30
※懇親会は 19:00 から

ところ　コンシェルジュ・フラノ

参加料　●展示観覧のみ　無料
●セッション聴講・参加 2,000 円
※富良野市など対象地域にお住まいの方の料金です。学生割引があります。
●懇親会　5,000 円

申込み　公式サイトをご確認ください

問合せ　TechRAMEN 2026 Conference 実行委員会 ✉techramenconf@gmail.com

「制服譲渡会」を開催します

ご不要な制服、スキー用品をお譲りください。フードバンク富良野にて回収しています。
※制服は環境課、コンシェルジュフラノでも回収しています。

とき　11/29 ㈰ 10:00 ～ 12:00

ところ　フードバンク富良野（若松町２番1号Ｄプレイスビル）

問合せ　ふらの制服バンク 公式 LINE

2026-2027 WINTER SEASON KICKOFF EVENT

富良野の冬の開幕が近づいています。今年も「Furano bonchi powder project」と富良野スキー場の共催により、キックオフイベントを開催します。

豪華景品が当たる大抽選会をはじめ、さまざまな企画を用意しています。ぜひご参加ください。

とき　11/21 ㈯ 15:00 ～ 18:00（入場は 14:30 から）

ところ　フラノマルシェ2 タマリーバ ※入場無料

共 催　富良野市、富良野スキー場 Furano bonchi powder project

問合せ　商工観光課 ☎39-2312

65歳からの 介護予防教室

各教室60分間 ※の教室は90分間

12月の予定

寿光園 ☎42-2729

1 ㈫ 14:00 介護予防運動教室
8 ㈫ 14:00 スローエアロビック
15 ㈫ 14:00 コンディショニングサポート
22 ㈫ 14:00 シニアヒップホップ
29 ㈫ 14:00 コグニサイズ

北の峯ハイツ ☎23-1611

4 ㈮ 11 ㈮
18 ㈮ 25 ㈮
13:30 シルバーリハビリ体操

老健ふらの ☎23-3933

2 ㈬ 9 ㈬
16 ㈬ 23 ㈬
14:00 いつまでも足腰ピンピン体操

ふらの西病院 ☎23-6600

6 ㈰ 10:00 介護予防体操教室
13 ㈰ 10:00 ふまねっと
18 ㈮ 16:00 要予約 運動機能評価
20 ㈰ 10:00 介護予防体操教室
27 ㈰ 10:00 ※ ノルディックウォーキング

かわむら整形外科 ☎22-8888



3 ㈭ 10 ㈭
17 ㈭ 24 ㈭
16:00 コツコツ体操教室

すまいるふらの ☎22-2123



3 ㈭ 10 ㈭
17 ㈭ 24 ㈭
10:00 ふまねっと運動
11:00 ちょこっと体操

各事業所へ直接電話で申し込みください。 問高齢者福祉課 ☎39-2255

市民の掲示板　掲載記事募集 … 原稿は掲載を希望する広報発行日の1カ月前までにお願いします。投稿はこちらから➡