

保育科の学生と一緒に親子で自由に遊べます。この機会に見学してみませんか。

日時 11月17日(水)午前10時～正午
場所 地域生活支援センターふれ愛の郷(進化台)
対象 親子ならごなたでも(5組程度)

バス送迎 午前9時50分に幼児センター正面玄関前集合
問合せ 子育て支援センター
☎82-5100

親子遊びの体験教室

親子で一緒に、いろいろな遊びを体験しませんか。
内容 親子で「ストローあわむし」を作ります。

日時 11月18日(木)午前10時～同11時半
場所 子育て支援センター
対象 2歳児と保護者(10組程度)
申込先 子育て支援センター
☎82-5100

子育て講座「お正月リース作り」

お子さんと離れてのリフレッシュ講座です。素敵なお正月リースを作りましょう。(託児あり)
講師 鈴木育美さん
日時 12月2日(水)午前10時～正午
場所 子育て支援センター
対象 ごなたでも(10組程度)
参加料 材料費1000円

申込先 子育て支援センター
☎82-5100

イベント

※参加の際は、検温、手指の消毒、マスクの着用にご協力ください。状況により中止・延期・オンライン開催になる可能性や、入場制限を行う場合があります。

「隈研吾基調講演 立正大学150周年記念フォーラム」

東川町と、来年開校150周年を迎える立正大学、町との連携を進める隈研吾建築都市設計事務所は、三者連携協定を締結します。この協定を期に3者で新しい挑戦を始めるにあたり、地方創生フォーラム「1人より3人」と題した講演会が開催されます。地域連携により地方創生の新たな視点を得る試みです。(主催・立正大学)
登壇 隈研吾氏(建築家)、吉川洋氏(立正大学学長)、松岡市郎町長、立正大学学生
司会 中川梨花(東川町オフィシャルレポーター)
日時 11月10日(水)協定調印式：午後5時半～▼基調講演：同6時5分～▼パネルディスカッション：同6時40分～同8時
場所 ①立正大学 品川キャンパス、②オンライン配信

定員 ①200名、②1000名
参加料 無料(要申込、先着順)
問合せ 東川スタイル課
☎役場内線701



▲申込はこちら

デザインスクール特別編⑧

「椅子の日に、椅子のお話」第8弾。9月に延期となった「フィンランドの巨匠 アルヴァ・アアルト」をテーマに、「親しみやすく」「革新的な」名作の数々がどのように誕生したのかをお話しします。



▲アームチェア406(1939年)

講師 織田憲嗣氏
日時 11月14日(日)午前10時～同11時
場所 せんとびゅあーラウンジ
定員 20名(無料、先着順)
申込締切 11月13日(土)午後5時
申込先 文化交流課 文化推進室
☎役場内線762
designschool.higashikawa@gmail.com

北海道米消費拡大！料理講習会

北海道米の消費拡大&ご飯食の良さの啓発を目的に、料理講習会を開催します。北海道米や道産米粉を使った料理を作り、お米の栄養や基礎知識についても理解を深める内容です。普段とは違ったお米料理を体験してみませんか？
「主催：東川消費者協会」

日時 11月17日(水)午前10時～午後一時半(2階)
場所 保健福祉センター 健康学習室(2階)
定員 20名(参加無料)
申込締切 11月15日(月)
持ち物 エプロン、三角布、マイ箸

問合せ 税務定住課 住民室
☎役場内線112・113

音楽で元気になろう！

町域おこし協力隊のアコースティックユニット・ドットレトミシーといっしょに、音楽で元気になりましょう！



▲WEBでの視聴はこちら

▼楽しく健康うたごえ喫茶
内容 幅広い歌をうたって、免疫力アップ！心身ともに健康になりましょう。

日時 11月11日(木)・25日(水)午後1時半～同2時半
参加料 無料

▼定期「ンサー」vol.26
ゲスト 高野悠己
内容 照明や映像、香りや季節の演出と、多彩なゲストによる本格的なコンサート。音楽堂の魅力や、音楽と共に五感で感じられる特別な一夜です。

日時 11月13日(土)午後7時～
※WEB同時配信(有料)
入場料 3000円(要予約)
▼Sunday classic
内容 北海道に縁ある若手実力派演奏家によるクラシック演奏。演奏 吉本萌慧(ヴァイオリン)、鳥谷部美帆(ピアノ)

日時 11月21日(日) ①親子で楽しむクラシック・午前10時半～②あなたと楽しむクラシック：午後2時～同4時半
入場料 ①無料(町民限定) ②町民無料/町外1500円
▼夜音楽論KANADE NIGHT
内容 演奏可能な音楽堂無料開放日です。ごなたでもOK！

日時 11月26日(金)午後6時半～
▼夜音楽論(音楽堂無料開放日)
内容 本を読んだり、ゆっくりお茶を飲んだり。ピアノを囲む自由な時間です。

日時 11月29日(月)午後6時半～

◆共通事項

会場 小西健二音楽堂
問合せ・予約 小西健二音楽堂
☎85-7274、ドットレトミシーHP予約フォーム
https://dotoremisi.himedia.jp/

町内団体から

パワターベルトトークショー

旭岳をはじめとした東川町の「雪」の魅力を知ることのできるトークショーを開催します。臨場感あふれる写真スライドショーやスキー滑走動画も上映。スピーカー 児玉毅氏(プロスキーヤー)、佐藤圭氏(フォトグラファー)
ゲスト 中川伸也氏(町内在住・プロスノーボーダー)

日時 11月13日(土)①午後1時～同2時半、②同3時半～同5時半
場所 改善センターホール
定員 各回30名
参加料 無料(専用サイトで申込)
問合せ 同実行委員会(Transist東川内) ☎85-75599



▲申込はこちら

第14回「発達への気になる子を支える親の交流会」

「子育ての悩みをポジティブ変換してみよう！」「リフレミングごっこ」。こだわりの強さや場面の切り替えの難しさなど、ついついイライラして対応してしまいがちになります。ネガティブなイメージを「まあ…いいか」へ変化新しい視点を加えることで物事を受け入れられるようになる「リフレミング」を一緒にやってみましょう。(オンライン参加も可)

日時 11月26日(金)午前10時～正午
場所 地域活動支援センターかたくり(東町4丁目15-12)
参加料 350円(要申込。小学生以上の子同伴は500円)
問合せ 発達障害コミュニケーション初級指導者・白井ちよひ
chichihanachan@gmail.com

町外団体から

道道の冬期間通行止め

次のとおり通行止めです。
▼道道611号瑞穂東川線(通称北5線)の倉沼ゲート～瑞穂ゲート(1・5km) 11月14日～来月5月10日
問合せ 上川総合振興局 事業課
☎26-4461



全国「女性の人権ホットライン」強化週間

11月12日(金)～18日(木)は、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。夫やパートナーからの暴力、職場でのセクシュアル・ハラスメントなど、女性の人権に関する電話相談を、時間を延長して受け付けます(期間中は土日も受付)。法務局職員か人権擁護委員が相談に応じます。
全国共通ナビダイヤル ☎0570-070810
相談時間 11月12日(金)～18日(木)
(平日：午前8時半～午後7時、土日：午前10時～午後5時)

遺言書を法務局で預かります

昨年7月より、自筆証書遺言書保管制度が開始となりました。法務局に遺言書を預けることで、遺言者の死亡後に遺言書が発見さ



▲制度の詳細はこちら

成年後見制度普及啓発講演会

成年後見制度は、認知症や知的障がい・精神障がいなどで判断能力が十分ではない方が、契約をしたり財産管理をしたりすることが困難な場合に、本人が不利益をこうむらないよう支援することにより、「本人が安心して生活する権利」を守る制度です。この制度をみなさまに広く知っていただくことを目的とした講演会を開催します。

日時 11月19日(金)午後2時～同3時半(同一時半開場)
会場 旭川勤労者福祉会館 2階 大会議室(旭川市6条通4丁目)
定員 80名(参加無料)
申込締切 11月15日(月)
申込先 旭川成年後見支援センター
☎23-11003

道具を使わずお家でできる「コンディショニング」通信



【効果】首の張りを軽減できます。【ポイント】背筋を伸ばした状態で行う。

①背筋を伸ばして椅子に座る。

②頭を下げる。

③両手で頭を押さえる。



首の後ろの伸びを感じながら5回深呼吸をする。

