

# 忠和公園だより

## 雪あそびへおでかけ!

第48号 ~冬~

発行日 R7.1.1

元気に楽しめる遊び場☆気軽に行ける場所を一部ご紹介いたします。



### ●忠和公園●

駐車場から見ると「チューブ滑り」の雪山と公園を1周できる「歩くスキーコース」があります。

チューブと貸しスキーには数に限りありますが、無料です。



### ●ちびっこスキー場●

スタルヒン球場の外野スタンドに傾斜を利用した「スキー場」があります。チューブ滑りもできます。

利用料は無料です。



### ●花咲スケート場●

1周 400mのスピードリンクとフィギュアリンクがあります。

利用料：大人 220 円・高校生 150 円  
中学生以下無料

レンタル（有料）もあります。

### ●雪上パークゴルフ場●

旭川美術館そばのスペースに9ホールの無料コース。美術館横の駐車場をご利用下さい。

常磐公園内にも雪山すべり台があります。



他にもカムイの杜公園・北彩都ガーデン・春光台公園など市内には気軽に遊べる場所があります！是非お友達やご家族とおでかけください！



## インドア派の方は...



忠和公園体育館の体育室はバスケットコート2面分の広さがあります。曜日・時間帯により開放種目が決まっています。バドミントン・卓球・バスケットなどが利用できます。ラケットやボールは各自でご用意してください。また、ウォームアップコーナー（高校生以上利用可）ではランニングマシンなどで有酸素運動や筋トレのマシンで運動できます。※体育室の開放種目は利用案内やホームページでご確認ください。



### ～ 利用料 ～

〔一回券〕大人 220 円・高校生 150 円・中学生以下は無料。

一回券で体育室・ランニングコース・ウォームアップコーナーの全てが使えます。

開館時間 9:00～閉館 21:00

冬、家にこもりがちになってしまう方は ☺ 是非体育館にお越しください！



## 年始のご挨拶

あけましておめでとうございます。

いつも忠和公園をご利用いただきありがとうございます。

近年は明るい話題が少なく、地震や戦争といった悲しいニュースが多くみられましたが、夏には「北口榛花さん」の金メダルの話題が飛び込んできて、「ハルカスマイル」とともに多くの笑顔をもたらしてくれました。やはり笑顔っていいですね。心身ともに健やかな日々を送ることができると自然と笑顔になってくるのかもしれない。笑顔は連鎖すると聞いた事があります。どのような目的でも構いませんので、ご自分にあった無理のない運動を継続していただき、健やかな毎日を送れるよう、皆さんの健康維持にご協力できればと思っています。

今年も皆様にとって、笑顔あふれる素敵な一年となりますように。

忠和公園所長 長野

本年もよろしく  
お願い  
申し上げます



## 保健師紹介



10月よりスタッフの一員となりました

保険師の斎藤です。名寄出身で旭川にきたばかりで～す！

特技として玉川流煎茶の看板を持っています。

猫好きです♡健康相談などしていますので

お気軽に声をかけて下さい!!



## 思いっきり運動してみたい方へ！

2月はボクシングエクササイズ教室・筋トレ&エアロ教室を開催致します！どちらも4回コース。お申込みは1月20日(月)からです！令和7年度開催教室のご案内は…次号4月の忠和公園だよりで発表予定です～す！是非一教室でもチャレンジしてみてくださいね！



## ご存じですか？

### ◎夏になったら野菜の販売しま～す！

朝採り新鮮野菜の販売会が月2回開催されます♪

※詳細は利用案内などでご確認ください。



### ◎毎年3回、体育館の利用が無料です！



★市民の日 8月1日

★市民スポーツの日(冬・夏)

2月と6月の第3日曜日

体育室・ランニングコース・ウォームアップコーナーを無料で使う事が出来ます。

又、インボディ(体成分分析装置)も無料で気軽に測定できるのです！

※体育室の利用種目や大会スケジュールはご確認ください。



【企画・発行】

私たちは指定管理者として、忠和公園体育館をはじめ、スタルヒン球場や常磐公園などの管理運営を行っています。

●公益財団法人旭川市公園緑地協会●

住所：旭川市花咲町3丁目 花咲スポーツ公園内  
電話：0166(52)1934

●忠和公園体育館●

住所：旭川市神居町忠和333番地  
電話：0166(69)2345

URL: <http://www.asahikawa-park.or.jp>