

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（令和2年4月～）

問合せ：いしかり市民カレッジ運営委員会事務局（市公民館内）TEL0133-74-2249

いしかり市民カレッジ主催講座

No. 1	講座2「石狩浜の漂着物から地球が見える」			
内容	石狩浜にはさまざまな漂着物が流れ着きます。この講座では漂着物から地球の現状を推し量って学びます。 ①石狩浜の漂着物はどこからやってくるの？ ②実際に漂着物を集めて調べてみよう！ 講師：志賀 健司（いしかり砂丘の風資料館 学芸員）			
開催日	①5/14(木) ②5/20(水)	時間	①10時30分～12時 ②9時～14時30分	
会場	①石狩市花川北コミュニティセンター（花川北3・2） ②石狩市公民館集合（花川北6・1）	申込期限	4/30(木)	
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会（市公民館内） （平日9時～17時）	参加費	受講料1,000円・カレッジ生800円（全2回分）	
		対象・定員	②のみ40人 （申込多数時、カレッジ生優先の抽選）	
電話	74・2249	FAX	74・2249	HP: URL http://ishikari-c-college.com/
No. 2	講座3「縄文遺跡群の世界遺産登録と石狩市の遺跡」			
内容	昨年、北海道・北東北の縄文遺跡群がユネスコ世界文化遺産候補に、北東北の遺跡群とともに道内の6遺跡が推薦されました。この講座では、縄文遺跡群とは何か、世界遺産としての価値とは何かについてと、石狩にある遺跡についても学びます。 講師：越田 賢一郎（札幌国際大学縄文世界遺産研究室長）			
開催日	5/27(水)	時間	10時30分～12時	
会場	石狩市花川北コミュニティセンター（花川北3・2）	申込期限	5/13(水)	
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会（市公民館内） （平日9時～17時）	参加費	受講料500円・カレッジ生400円	
		対象・定員	—	
電話	74・2249	FAX	74・2249	HP: URL http://ishikari-c-college.com/

※主催講座1「アイヌ語地名と北海道」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期となりました。講座をお待ちいただいていた皆様、大変申し訳ございません。今後、あらためて開催日を決定し、ホームページやポスター、あい風通信お知らせ版などでお知らせいたしますので、よろしくお願いたします。

●体育協会「スポレク出前講座」も市民カレッジの連携講座です。

体育協会職員を派遣して、市民の皆さんの健康体力づくりやコミュニケーションを深めるお手伝いをします。

- ◆対象 市内在住・在勤・在学のおおむね10人以上で構成された団体
- ◆日時 原則平日の10時～17時 ※土日要相談 1回の指導時間は2時間以内
- ◆内容 スポーツ・レクリエーション、体育実技、フィットネス、ダンスなど
- ◆費用 1時間1,000円 ※会場使用料など、講座開催に必要な費用は利用者負担
- ◆申込方法 所定の申込書を希望日の6月前から20日前までに提出（ファクス・メール可）
- ◆申込・問合せ（公財）石狩市体育協会 電話：64-1220 FAX:64-1222 Eメール：i-sports@crocus.ocn.ne.jp

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、日程が変更となる可能性がありますので、受講を希望される方は各団体へお問い合わせください。



4月開催の連携講座

※受講希望の方は、各団体へ直接お申込みください！

No. 1 フレッシュスポーツ教室 ～簡単ピラティス～					
内容	ピラティス特有の呼吸法を用いて主にマットの上で行うエクササイズです。コア(体幹部)を鍛え、身体の歪みを正常な状態に戻す手助けをします。 講師:午前部 岸本 亜弥子、②夜間の部 工藤 綾				
開催日	①午前部 4/9～R3/3/25 毎週木曜 ②夜間の部 4/7～R3/3/23 毎週火曜	時間	①10時～11時 ②18時30分～19時30分		
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期限	定員になるまで随時		
申込み/問合せ	公益財団法人 石狩市体育協会		参加費	年額 9,600円 持ち物:上靴、タオル、飲料水、動きやすい服装	
			対象・定員	市内在住・在勤者 各100人	
電話	64-1220	FAX	64-1222	Eメール	i-sports@crocus.ocn.ne.jp
No. 2 ヨガ教室 ～ハタ・ヨガ～					
内容	前屈系、反り系、側屈系、バランス系、捻り系など多種目のポーズを組み入れ、意識を集中させていきます。 講師:午前部 岸本 亜弥子、②夜間の部 工藤 綾				
開催日	4/7～R3/3/23 毎週火曜	時間	①10時～11時 ②19時45分～20時45分		
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期限	定員になるまで随時		
申込み/問合せ	公益財団法人 石狩市体育協会		参加費	年額 9,600円 持ち物:上靴、タオル、飲料水、動きやすい服装	
			対象・定員	市内在住・在勤者 各80人	
電話	64-1220	FAX	64-1222	Eメール	i-sports@crocus.ocn.ne.jp
No. 3 パワーヨガ教室					
内容	ダイナミックなポーズを組み合わせ、呼吸と動きを調和させながら集中力を高め、心身をリフレッシュさせていきます。 講師:ヨガインストラクター 大嶋 春香				
開催日	4/9～R3/3/25 毎週木曜	時間	15時30分～16時30分		
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期限	定員になるまで随時		
申込み/問合せ	公益財団法人 石狩市体育協会		参加費	年額 9,600円 持ち物:上靴、タオル、飲料水、動きやすい服装	
			対象・定員	市内在住・在勤者 40人	
電話	64-1220	FAX	64-1222	Eメール	i-sports@crocus.ocn.ne.jp



- 3PL事業
- 運輸事業『桃太郎便』
- 一般家電宅配・取付設置・工事



～ サービスの基本を大切に～

株式会社 北海道丸和ロジスティクス

〒061-3244 北海道石狩市新港南2丁目718番地2
TEL 0133-64-7981 FAX 0133-64-7983

No. 4 ウオー9の日イベント「街の美化ピカウオーク」				
内容	ゴミ拾いをしながら約5キロのウオーキングをします。街を綺麗にしながら気持ちのいい汗を流しましょう。			
開催日	4/9(木) ※荒天中止	時間	10時～12時	
会場	りんくる(花川北6・1)1階ロビー集合	申込方法	申込不要	
申込み/ 問合せ	石狩市 スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:タオル、軍手や火バサミ ※ゴミ袋はこちらで用意します。	
		対象・定員	—	
電話	72・6123	FAX	—	
No. 5 ふまねっと健康教室				
内容	網を踏まない、ステップを覚える、手拍子を加える複数の課題を同時に行い、楽しく交流できる学習運動です。			
開催日	4/9(木) 4/23(木)	時間	10時30分～12時	
会場	学び交流センター(花川北3・3)	申込方法	申込不要	
申込み/ 問合せ	ふまねっとはまなす 斉藤さん	参加費	月2回500円(1回のみ参加、見学可) 持ち物:底の平らな上靴	
		対象・定員	—	
電話	73・5270	FAX	—	
No. 6 包丁とぎ講座				
内容	家庭で切れなくなった包丁を自分で研ぎ、リサイクルしましょう。			
開催日	4/9(木) 4/10(金) 4/11(土)	時間	9時30分～11時	
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	500円 持ち物:包丁(3丁まで)・タオル	
		対象・定員	各5人(申込順)	
電話	64・3196	FAX	—	
No. 7 初心者スポーツ教室「カローリング」				
内容	ルール説明、投球練習、試合(参加者でチームを作り対戦) 講師:石狩市スポーツ推進委員協議会			
開催日	4/10～9/25 第2・4金曜(各月2回) ※7月は第2・5金曜、8月は第3・4金曜日	時間	18時30分～20時30分	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込方法	申込不要	
申込み/ 問合せ	石狩市 スポーツ健康課	参加費	施設利用料100円(中学生以下は無料) 持ち物:運動のできる服装・上履き	
		対象・定員	小学生以上の市民・30人程度 ※小学生は保護者同伴を基本とする。	
電話	72・6123	FAX	—	
No. 8 土曜日アクトタイム ～ニュースポーツ編～				
内容	①卓球・ボッチャ ②バドミントン・3A(スリーエイ) 講師:千葉裕実氏			
開催日	①4/11(土) ②4/25(土)	時間	10時～11時	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込方法	申込不要	
申込み/ 問合せ	一般社団法人 アクト・スポーツプロジェクト	参加費	ACT会員:300円、非会員:500円 持ち物:上靴・飲み物・汗ふきタオル・運動しやすい服装	
		対象・定員	年長以上	
電話	62・8162	FAX	—	

◆えりすいしかりネットテレビ番組

えりす いしかり

検索

※石狩市議会映像 専用サイトで配信中

※石狩市市民生活便利帖 市HPからどうぞ

ヒロミの自然シリーズ「タンチョウ」

冬の厚田を楽しむ! ニシン料理と雪の絶叫テーマパークツアー!

ドローンで撮った石狩の自然

※2月末日までのアップ分含む ※スマホで「えりすいしかりFB」も見てね

No. 9 手芸講座「キャラメル型ポーチ」				
------------------------------	--	--	--	--

内容	キャラメル型ポーチ(15cm×6 cm×6 cm)を作ります。		
開催日	4/15(水)	時間	9時～12時
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	500円
		対象・定員	5人(申込順)
電話	64・3196	FAX	—
		Eメール	—
No. 10	廃材木工講座「花台」		
内容	花台2個(折りたたみいす型・三輪車型)を作ります。		
開催日	4/16(木)	時間	9時30分～12時
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	1,000円
		対象・定員	各5人(申込順)
電話	64・3196	FAX	—
		Eメール	—
No. 11	文化講座「かんたん押し花講座」		
内容	押し花はがきを作ってみませんか? 講師:三浦 富子氏		
開催日	①4/16(木) ②4/23(木)	時間	13時～15時
会場	学び交流センター(花川北3・3)	申込期限	4/13(月)
申込み/ 問合せ	NPO法人 石狩市文化協会	参加費	500円
		対象・定員	一般成人・15人
電話	75・1288	FAX	75・1288
		Eメール	ishikaribunka@ishikari-bunka.org
No. 12	廃材木工講座「野菜ボックス」		
内容	野菜ボックス(40cm×30cm×30cm)を作ります。		
開催日	4/18(土)	時間	9時30分～12時
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	1,000円
		対象・定員	各5人(申込順)
電話	64・3196	FAX	—
		Eメール	—
No. 13	野外講座 石狩ビーチコーマーズ/春の海辺の漂着物		
内容	春の海辺では石狩川から流れてきた漂着物がたくさん見つかります。それらを観察・採集して、正体と起源を考えましょう。 ※砂浜(石狩浜)を約3km歩きます		
開催日	4/19(日)	時間	9時～13時
会場	いしかり砂丘の風資料館(弁天町30・4)集合	申込期間	4/1(水)～4/17(金)
申込み/ 問合せ	いしかり砂丘の風資料館 (※火曜休館)	参加費	無料 持ち物:長靴、帽子、ビニール袋
		対象・定員	小学4年生～大人・20人(申込順)
電話	62・3711	FAX	—
		Eメール	—

内科・消化器内科・循環器内科・外科
肛門外科・整形外科・心臓血管外科・泌尿器科
人工透析(入院・外来送迎) 各種健康診断



社会医療法人 ピエタ会
石狩病院

TEL 74-8611 FAX 74-8614

お持ち帰り専門店
焼鳥
大五郎チェーン
石狩市花川南1条6丁目
予約電話 090-9752-6444 (大場 正弘)

No. 14	ステップアップ離乳食教室
---------------	---------------------

内容	2回食、3回食への進め方や大人の食事からの取り分け方法など栄養士による講話。※上のお子さんの託児希望の方は要相談 講師:保健推進課 栄養士				
開催日	4/20(月)	時間	10時30分～11時30分		
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	4/15(水)		
申込み/問合せ	石狩市 保健推進課	参加費	無料 持ち物:母子手帳、子ども用スプーン、おむつ等普段出かけるときの持ち物		
		対象・定員	おおむね7～10ヵ月児と保護者・20組(申込順)		
電話	72・3124	FAX	—	Eメール	—
No. 15	①普通救命講習Ⅰ ②普通救命講習Ⅱ ③救命入門コース				
内容	①成人に対する応急手当の知識と技術(心肺蘇生法、AEDの使用・止血法など) ②①に加え効果測定1時間 ③成人に対する応急手当の知識と技術(心肺蘇生法、AEDの使用法)				
開催日	①4/20(月)、4/24(金) ②4/24(金) ③4/27(月)	時間	①昼の部 9時～12時、夜の部 18時～21時 ②9時～13時 ③18時～19時30分		
会場	石狩商工会館(花川北6・1)	申込方法	4/16(木)までに電話申込のうえ申請書提出 ※当日受付不可		
申込み/問合せ	一般財団法人 石狩市防災まちづくり協会	参加費	無料 持ち物:動きやすい服装、筆記用具		
		対象・定員	①②小学5年生以上の市民または市内勤務者 (夜の部は16歳以上)・各回20人		
電話	77・6217	FAX	76・6673	Eメール	—
No. 16	廃材木工講座「テーブル・イス」				
内容	テーブル・イス(3点セット)を作ります。				
開催日	4/23(木)	時間	9時30分～15時 ※昼食持参		
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み		
申込み/問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	3,000円		
		対象・定員	各5人(申込順) ※昨年、講座を受講された方はご遠慮下さい		
電話	64・3196	FAX	—	Eメール	—

SAKURA internet

ホームページやブログを作りたい!

通販サイトを立ち上げたい!

Webサイトを作るなら
さくらインターネット

石狩データセンター

さくらインターネットは、石狩データセンターから世界へサーバーサービスを提供しています!

No. 17	廃材木工講座「ゴミストッカー」				
--------	------------------------	--	--	--	--

内容	ゴミストッカー(300用)を作ります。		
開催日	4/25(土)	時間	9時30分～12時
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込方法	4/1(水) 9時～電話で申込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	1,200円
		対象・定員	各5人(申込順)
電話	64・3196	FAX	—
		Eメール	—
No. 18	風車学習会「低周波音などに長期間さらされるとどうなるか？」		
内容	何年も低周波音などを浴び続けると、血管壁が厚くなるなど、生体内ではさまざまな変化が生じる可能性があります。海外研究のDVD視聴により学びます。 講師：石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表 安田秀子氏		
開催日	4/25(土)	時間	14時～16時
会場	花川北コミュニティセンター(花川北3・2)	申込方法	申込不要
申込み/ 問合せ	石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会 安田さん	参加費	300円(資料代ほか)
		対象・定員	—
電話	090・6211・1602	FAX	—
		Eメール	—

●「まちづくり出前講座」も市民カレッジの連携講座です。

◆市のまちづくりや、制度の内容など、いろいろなテーマについて市職員を講師として派遣し、皆さんの学習をお手伝いします。メニュー表は市内公共施設や市HPから入手できます。

◆申込み方法は、10人以上のグループで、メニュー、開催日時、会場を決め希望日の3週間前までにお申込みください。(年末年始を除く毎日10時～21時まで開催できます)

◆問合せ：社会教育課 Tel72-3173

～介護が必要になっても住み慣れた地域で、豊かでうるおいのある暮らしを～

●○社会福祉法人瓊瑠会○●

○特別養護老人ホーム ばんなぐろ (ショートステイ併設)

○デイサービスセンター ばんなぐろ

○特別養護老人ホーム ほとり

○ケアハウス いしかり

〒061-3218 石狩市花畔360-26

連絡先：0133(76)1133

みなさまの 郵便局

ご用命は お近くの

石狩市内14郵便局へ

よろしく願いいたします。

電気設備工事設計施工



有限
会社

一條電気商会

〒061-3212 石狩市花川北2条3丁目188番地

TEL(0133)73-2828 FAX(0133)74-7667

5月開催の連携講座



※受講希望の方は、各団体へ直接お申込みください！

No. 1 海辺の野鳥観察			
内容 双眼鏡を使って野鳥を観察します			
開催日	5/3(日・祝)	時間	10時～12時30分
会場	石狩浜海浜植物保護センター(弁天町48・1)	申込方法	4/24(月)までにメールで申込み
申込み/ 問合せ	NPO法人 いしかり海辺ファンクラブ	参加費	1人500円 持ち物:飲み物、野外を歩ける服装、 双眼鏡(あれば)
		対象・定員	小学生以上の親子・20組(申込順)
電話	—	FAX	—
		Eメール	iufc.office@gmail.com
No. 2 手話基礎編フォローアップ講座			
内容 手話通訳者を志す方で、厚生労働省カリキュラムの手話奉仕員基礎課程を修了、もしくは同等の力量を持つ方で、石狩市民(高校生以上)又は市内に通勤・通学をされている方。(過去にこの講座を受講した方は対象外)			
開催日	5/12～9/29 毎週火曜 全20回 ※9/22を除く	時間	18時30分～20時30分
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	4/14(火)
申込み/ 問合せ	石狩市 障がい福祉課	参加費	3,300円(テキスト代) ※すでに持っている方は不要
		対象・定員	20人(事前に面談あり。最小開催人数5人)
電話	72・3194	FAX	—
		Eメール	—
No. 3 いしかりファミリー・サポート・センター サポート会員養成講座			
内容 ファミサポは、子育ての援助をしてほしい人(依頼会員)と援助ができる人(サポート会員)による会員組織です。サポート会員になるための子どもの発達や子育てに関する講習です。講師:保育士や栄養士、小児科医など			
開催日	5/25、6/1・8・17・22・29、7/6 ※6/17水曜以外は全て月曜	時間	9時～12時 ※6/17水曜のみ15時まで。別途託児実習2時間
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	5/13(水)
申込み/ 問合せ	いしかりファミリー・サポート・センター ※平日9時～17時	参加費	2,620円(テキスト代) 持ち物:筆記用具
		対象・定員	18歳以上の健康で子育てに関心のある方・20人 ※託児あり(3人)
電話	72-5552	FAX	—
		Eメール	—

～私達は えりすテレビの応援団です～

えりすいしかりネットテレビ協力会
会長 片平 一義

 ♪石狩市の地域メディアを
ぜひ応援してください♪

お問合せは FAX 62-9088 えりす TV 内

協賛金のお願い

いしかり市民カレッジの運営経費は受講料と年会費でまかなわれています。いしかり市民の学びを支援するために協賛金(広告料)としてぜひご協力ください。

◆協賛金 一口5,000円/年
年4回発行の「あい風通信」に1年間広告を掲載します。