

# 「あい風通信 ～お知らせ版～」



## いしかり市民カレッジ講座（平成27年11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9》「おもしろ、いしかり大百科」				
内容	①石狩に伝わる優雅な越後盆踊りのお話 【講師】いしかりガイドボランティアの会会員、石狩市郷土研究会監事 高瀬 たみ氏 ②石狩に伝わるチョウザメのお話 【講師】市教育委員会文化財課課長 工藤 義衛氏				
開催日	①12/3(木) ②12/17(木)	時間	10:30～12:00		
会場	花川北コミセン	申込期間	～11/20(金)		
申込み/ 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) (平日9時～17時)	参加費	一般1,000円、カレッジ生800円(全2回分)		
		対象・定員	各30人(申込多数時抽選)		
電話	0133-74-2249	FAX	0133-74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

11月には、次の「いしかり市民カレッジ主催講座」が開催されます。

受講される方はお忘れなく。

#### 講座15 「超高齢社会」～あなたはどう生きますか～

- ①11/7 (土) 13:30～15:00 北コミセン
- ②11/14 (土) 13:30～15:00 北コミセン
- ③11/28 (土) 13:30～15:00 北コミセン

### まちの先生企画講座

No. 1	《講座4》「だれにでもできるマジック～マジックでビックリさせて友達になろう～」				
内容	①演ずるための心得 ②身近なものを使ったマジック ③トランプを使ったマジック 【講師】山本 治氏				
開催日	①11/25(水) ②12/2(水) ③12/9(水)	時間	10:30～12:00		
会場	市公民館(花川北6-1)	申込期間	～11/10(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)	参加費	一般1,500円・カレッジ生1,200円(全3回分) ※マジック道具ほか費用別途		
		対象・定員	20人(最少催行人数10人・申込多数時抽選)		
電話	0133-74-2249	FAX	0133-74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp



#### 「まちの先生」説明会を開催します

「まちの先生企画講座」は、市民が知識や経験や技術をいかし、自らが講師となって企画と運営をするものです。講座開催の経験がある方は大歓迎。初めての方でも市民カレッジがサポートします。

日時：11月18日(水) 13:30～15:30

場所：石狩市公民館

説明会へ参加される方は、11月11日(水)までに公民館(電話：74-2249)へご連絡ください。いしかり市民カレッジHPにも、詳しく掲載しています。

( URL : <http://www.ishikari-c-college.com> )

# 11月開催の連携講座

<b>No. 1 カローリング教室</b>					
内容	ルール説明の後、チームに分かれて試合をします。【講師】石狩市スポーツ推進委員協議会				
開催日	①11/5(木) ②11/13(金) ③11/17(火)	時間	18:30～20:30		
会場	① 浜益スポーツセンター(浜益区群別1・41) ②③B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	各回開催の2日前まで		
申込み/問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:上靴		
		対象・定員	小学生以上の市民(小学生は保護者同伴) 各30人		
電話	72-6123	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 2 ストレッチポールと貯筋運動</b>					
内容	冬に備え、身体のゆがみを整えて良い姿勢をつくり、筋肉を鍛えましょう！【講師】寺島 聖人氏				
開催日	毎週木曜日	時間	10:00～11:00		
会場	学び交流センター(花川北3・3 旧紅葉山小学校)	申込期間	—		
申込み/問合せ	(一社)アクト・スポーツプロジェクト	参加費	1回500円 ※要会員登録 持ち物:上靴、タオル、飲み物 ※ポールの貸し出しあり		
		対象・定員	40歳以上 10人(申込順)		
電話	62-8162	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 3 ウォー9(ク)の日イベント ノルディックウォーキング講習会</b>					
内容	正しいノルディックウォーキングの姿勢やポールの着き方を学び、りんくるの周辺約2kmをウォーキングします。【講師】北海道ノルディックウォーキング協会公認インストラクター 西田 香織 氏 ※ウォーキングポール無料貸し出しあり				
開催日	11/9(月)	時間	10:00～11:45		
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:上靴、タオル、雨具、歩きやすい靴・服装、飲み物、ポイントカード、マイポールのある方は持参		
		対象・定員	40人(申込順)		
電話	72-6123	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 4 【藤女子大学人間生活学部公開講座】厚田が目指す将来の姿:ともに考え行動する地域の取り組み</b>					
内容	厚田の住民が協力し、地域課題の解決策を考えてきた経緯と現在の取り組みを、大学教員と議論しながら紹介します。【講師】厚田区地域協議会 会長 佐藤 勝彦 氏ほか厚田の皆さん ※駐車場有				
開催日	11/10(火)	時間	18:00～20:00		
会場	藤女子大学花川校舎453教室(花川南4・5)	申込期間	—		
申込み/問合せ	藤女子大学(代表)	参加費	無料		
		対象・定員	市民50名 ※申込不要		
電話	74-3111	FAX	—	Eメール	yii@fujijoshi.ac.jp
<b>No. 5 ふまねっと健康教室</b>					
内容	床に敷いた50センチ四方のマス目でできた大きな網を、踏まないようにゆっくり歩く運動です。運動が苦手な人でも大丈夫！				
開催日	11/12(木)、26(木)	時間	10:30～12:00		
会場	学び交流センター(花川北3・3 旧紅葉山小学校)	申込期間	申込不要		
申込み/問合せ	ふまねっとはまなす 梶下(すぎした)さん	参加費	月2回500円(1回のみ参加も可) 持ち物:底の平らな上靴		
		対象・定員	—		
電話	74-4131	FAX	74-4131	Eメール	—

◆えりすいしかりネットテレビ番組

※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

秋の全道火災予防運動と消防士たちの祈り、キッコーマン編～石狩野菜でまるごとクッキング、  
広報いしかり11月号P9:いしかり博物誌140「寄り鯨の地名」、第42回厚田ふるさとあきあじ祭り、  
石狩ブランド発信事業～石狩野菜&クッキング(ニンジン編・ダイコン編)  
※10月末日までのアップ分含む

No. 6 定期普通救命講習会				
内容	心肺蘇生法や異物除去、訓練用AEDを用いた講習会です。受講者には「普通救命講習修了証」をお渡しします。			
開催日	11/15(日)	時間	9:00～12:00	
会場	石狩消防署警防課(花川北1・1)	申込期間	事前に電話申込 ※当日受付不可	
申込み/問合せ	石狩消防署警防課(花川北1・1)	参加費	無料 持ち物:筆記用具	
		対象・定員	中学生以上の市民または市内勤務者	
電話	74-7024	FAX	—	
Eメール	—			
No. 7 家事家計講習会				
内容	家計簿を通してわが家の経済を考えませんか?			
開催日	①11/17(火) ②11/19(木)	時間	10:00～12:00	
会場	①緑苑台グリーン会館(緑苑台東2・1) ②花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	—	
申込み/問合せ	札幌第三友の会 011-682-8805 ※平日昼間以外は西村さん 011-691-4360、 高木さん 011-691-3273	参加費	400円 託児あり250円(軽食付き、要申込)	
		対象・定員	①20人 ②40人	
電話	011-682-8805	FAX	—	
Eメール	—			
No. 8 モメない遺言・相続(無料法務講座)				
内容	モメない遺言の作成方法、相続のポイントなど専門家がわかりやすくお話しします。			
開催日	11/18(水)	時間	13:00～14:30	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期間	申込不要	
申込み/問合せ	行政書士池田法律事務所 池田さん	参加費	—	
		対象・定員	当日先着15人	
電話	72-3558	FAX	—	
Eメール	—			
No. 9 社会教育委員と共に取り組むワークショップ 「厚田を石狩市の宝にー石狩市民が知っておきたい〇〇のこと」				
内容	厚田地区の資源や発展の可能性に関わる活動の成果を市民全体で共有し、厚田から市民として学ぶべきこと、厚田の地域づくりにおける社会教育の課題などについて一緒に考えます。 【講師】市社会教育委員の会議委員長、北海道大学特任教授 木村 純氏			
開催日	11/20(金)	時間	18:00～20:30	
会場	厚田総合センター(厚田区厚田45・5)	申込期間	～11/16(月) 電話申込	
申込み/問合せ	社会教育課	参加費	無料 持ち物:筆記用具	
		対象・定員	40人	
電話	72-3173	FAX	—	
Eメール	—			
No. 10 石狩病院 市民公開講座				
内容	①インフルエンザについて(仮) 【講師】薬剤師 立浪 匠子氏 ②便通と大腸のお話 【講師】副院長、消化器科医師 合田 峰千氏			
開催日	11/21(土)	時間	14:00～15:00	
会場	花川北コミセン	申込期間	申込不要	
申込み/問合せ	石狩病院 地域医療連携課	参加費	無料	
		対象・定員	—	
電話	74-8611	FAX	—	
Eメール	—			

●体育協会「スポレク出前講座」も市民カレッジの対象講座です。

体育協会は、講師を派遣して、市民の皆さんの健康体力づくりや交流を深めるお手伝いをしています。

- ◆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 原則月曜～金曜の10時～17時 ※祝日除く。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、アウトドア、フィットネスなど
- ◆費用 1時間千円 ※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20日前まで提出(ファクス・Eメール可)
- ◆申込・問合せ (公財)石狩市体育協会 電64-1220 FAX64-1222 メールi-sports@crocus.ocn.ne.jp

No. 11	<b>一緒に考えましょう これからの石狩「市民」図書館</b>				
内容	社会の変化に合わせ、図書館も変わっていかねばなりません。これからの石狩市の図書館に必要なことって一体なんですか？ 本は書店で買う派の方も、図書館へビュユーザーの方も、ぜひお越しください。 ※13時から希望者に図書館をご案内します。お申し込みください。 【基調講演】紀伊國屋札幌本店 店長 石堂 聡氏 【図書館カフェトーク】 運営：(株)石塚計画デザイン事務所				
開催日	11/28(土)	時間	13:30～16:30		
会場	市民図書館	申込期間	～11/20(金)		
申込み/問合せ	市民図書館	参加費	—		
		対象・定員	高校生以上 50人(申込順)		
電話	72-2000	FAX	—	Eメール	tosyokann@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 12	<b>「第3回石狩海岸フォーラム」石狩海岸 クイズでふしぎ発見！</b>				
内容	日本有数の海浜植物群落、長大な砂丘と海岸草原、そしてカシワ天然林。超一級の自然を誇る石狩海岸の魅力についてクイズを交え、楽しく学びます。 【講師】北大農学研究院講師 松島 肇氏、いしかり砂丘の風資料館学芸員ほか				
開催日	11/29(日)	時間	13:30～15:30		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	～11/20(金)		
申込み/問合せ	環境保全課 (主催：いしかり海辺ファンクラブ)	参加費	無料		
		対象・定員	80人		
電話	72-3269	FAX	—	Eメール	—
No. 13	<b>お口の健康教室</b>				
内容	お口の正しい手入れ方法、歯垢染め出しなど。希望者は教室終了後、歯科衛生士による個別指導が受けられます(申込時要予約)。				
開催日	11/30(月)	時間	10:00～11:00		
会場	りんくる3階視聴覚室(花川北6・1)	申込期間	～11/24(火) 電話申込		
申込み/問合せ	高齢者支援課地域ケア・介護予防担当	参加費	無料 持ち物：普段お使いの歯ブラシ		
		対象・定員	65歳以上の市民 10人(申込順)		
電話	72-7017	FAX	—	Eメール	—

●「まちづくり出前講座」も市民カレッジの対象講座です。

◆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週間前までにお申し込みください。(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

## 12月以降開催の連携講座

No. 1	<b>いしかり食と農のカレッジ いしかり農産物加工グループ「初心者の手づくり味噌講習会」</b>				
内容	地場産大豆と麴を使った味噌づくり！ (内容)①説明会 ②仕込み 【講師】いしかり農産物加工グループ連絡協議会 村上 岑子氏				
開催日	①12/2(水) ②12/9(水)	時間	10:00～12:00		
会場	①花川北コミセン(花川北3・2) ②花川南コミセン(花川南6・5)	申込期間	～11/14(土) 氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、住所を電話またはFAX		
申込み/問合せ	いしかり農産物加工グループ連絡協議会 村上さん	参加費	4,100円程度(大豆、麴代) 持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、塩、容器		
		対象・定員	20人		
電話	090-6262-5633	FAX	74-0837	Eメール	—

<b>No. 2 大人の水泳教室</b>					
内容	①ナイト初心者コース:12/7～H28/1/25の毎週月曜日(1/11を除く)全7回 ②初心者コース:12/2～H28/1/27の毎週水曜日(12/23,30,1/6を除く)全6回 ③ナイト水中運動コース:12/3～H28/1/28の毎週木曜日(12/31を除く)全8回 ④大人初心者コース:12/5～H28/1/30の毎週土曜日(1/2を除く)全8回 ⑤大人初級者コース:12/4～H28/1/29の毎週金曜日(1/1,8を除く)全7回				
開催日	12・1月実施分	時間	①③19:30～20:30 ②④⑤9:30～10:30		
会場	市民プール(花川北3・2)	申込期間	11/2(月)～26(木)までに費用・印鑑を持参し申込		
申込み/問合せ	市民プール	参加費	①⑤5,740円 ②4,920円 ③④6,560円		
		対象・定員	10人(申込順) ※最小開講人数3人		
電話	74-6611	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 3 「体験! あい風寺子屋教室」(社会教育ボランティア講座)</b>					
内容	あい風寺子屋教室は、放課後の文化・体験活動や学習を通して、児童が地域の大人に見守られているという安心感を持てる場所を目指すものです。市教委では、この教室にご協力いただける方を募集しています。この機会にあい風寺子屋教室を体験してみませんか!				
開催日	12/4(金)	時間	10:00～12:00		
会場	市公民館(花川北6・1)	申込期間	11/2(月)～20日(金)		
申込み/問合せ	社会教育課	参加費	無料 持ち物:筆記用具		
		対象・定員	18歳以上 20人		
電話	72-3173	FAX	74-2249	Eメール	—
<b>No. 4 講演会「石狩紅葉山49号遺跡から縄文世界遺産へのメッセージ」</b>					
内容	川と関わる新しい暮らし方が、縄文文化をどう変えたのか。石狩紅葉山49号遺跡の調査成果から考えます。 【講師】北海道大学大学院教授 小杉 康氏				
開催日	12/5(土)	時間	14:00～15:30		
会場	市民図書館	申込期間	11/2(月)～30(月) 電話申込		
申込み/問合せ	いしかり砂丘の風資料館	参加費	無料		
		対象・定員	一般 40人(申込順)		
電話	62-3711	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 5 石狩市民「手打ちそば講習会」</b>					
内容	①一般 ②親子				
開催日	①12/13(日) ②12/20(日)	時間	午前の部9:30～ 午後の部12:30～		
会場	市公民館(花川北6・1)	申込期間	～12/8(火) 電話申込		
申込み/問合せ	いしかり手打ちそば同好会 小林さん (携帯080-1882-1346)	参加費	1,500円 持ち物:エプロン、三角巾、手拭い、そば持ち帰り用の容器		
		対象・定員	午前・午後の部各10人(申込順)		
電話	64-0117	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 6 石狩スキースクール スキー教室「5日間コース」</b>					
内容	バス、昼食あり				
開催日	①12/26(土)～30(水)②1/4(月)～8(金) ③1/9(土)～13(水) ④3/26(土)～30(水)	時間	お問い合わせください		
会場	朝里川温泉スキー場(小樽市朝里川温泉1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ 石狩スキースクール事務局	参加費	小中学生 32,500円(高校生以上 39,550円)		
		対象・定員	小学生～一般		
電話	090-9084-3941	FAX	—	Eメール	—

<b>No. 7 石狩スキースクール スキー教室「冬・春休みパック」</b>					
内容	バス代、食事代別途				
開催日	12/26(土)～30(水)、1/4(月)～8(金)、1/9(土)～13(水)、3/26(土)～30(水) (全20日間)	時間	お問い合わせください		
会場	朝里川温泉スキー場(小樽市朝里川温泉1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ 石狩スキースクール事務局	参加費	小中学生 69,820円(高校生以上 79,870円)		
		対象・定員	小学生～一般		
電話	090-9084-3941	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 8 石狩スキースクール スキー教室「ジュニア・一般土日コース」</b>					
内容	バス代別途、昼食各自				
開催日	1/23(土)～3/19(土)までの土・日曜(1/30を除く全16日間)	時間	お問い合わせください		
会場	朝里川温泉スキー場(小樽市朝里川温泉1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ 石狩スキースクール事務局	参加費	小中学生 59,820円(高校生以上69,470円)		
		対象・定員	小学生～一般		
電話	090-9084-3941	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 9 石狩スキースクール スキー教室「シニアコース」</b>					
内容	バス代別途、昼食各自				
開催日	1/23(土)、31(日)、2/6(土)、13(土)、20(土)、27(土)、3/5(土) (全7日間)	時間	お問い合わせください		
会場	朝里川温泉スキー場(小樽市朝里川温泉1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ 石狩スキースクール事務局	参加費	30,970円		
		対象・定員	一般男女		
電話	090-9084-3941	FAX	—	Eメール	—
<b>No. 10 石狩スキースクール スキー教室「シーズン会員コース」</b>					
内容	バス代、食事代別途(シーズン会員コース料金には、いつでも滑れるシーズンリフト券代金が含まれています)				
開催日	5日間コース4回と土日コースの全日程(全36日間)	時間	お問い合わせください		
会場	朝里川温泉スキー場(小樽市朝里川温泉1)	申込期間	～11/5(木)		
申込み/問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ 石狩スキースクール事務局	参加費	小中学生 112,420円(高校生以上 121,470円)		
		対象・定員	小学生～一般		
電話	74-1539	FAX	—	Eメール	—