

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（2月～）

問合せ：いしかり市民カレッジ事務局（市公民館内） 74-2249

いしかり市民カレッジ主催講座

1	（いしかり市民カレッジ）開校二周年記念講演＆市民カレッジ交流会				
内容	平成21年4月に開校した「いしかり市民カレッジ」。二周年を記念して学長である田岡市長が石狩の未来についてお話しします。講演会・交流会いずれかのみでも参加できます。				
開催日	2/23(水)	時間	15:30～17:00 交流会は17:30～19:30		
会場	花川北コミセン（交流会は石狩市民プール）	申込期間	～2/14(月)		
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内)	参加費	500円(カレッジ生は400円) 交流会は別途2,000円		
		対象・定員	50人(申込多数時抽選)		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

2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。
(申込みは終了しています。)

講座8 北大名誉教授などによる講義「身近な環境を考える」

第2回 2/5(土) 10:30～12:00 市民図書館

第3回 2/19(土) 10:30～12:00 市民図書館

まちの先生企画講座

2月には次の「まちの先生企画講座」が開催されます。受講される方はお忘れなく。
(申込みは終了しています。)

講座4 オカリナを楽しもう！

第1回 2/8(火) 13:30～15:00 市公民館

第2回 2/22(火) 13:30～15:00 市公民館

2月開催の連携講座

2	リサイクルプラザ講座				
内容	リサイクル固形石けん・美肌水作り講座				
開催日	2/4(金)・5(土)	時間	9:30～12:00		
会場	リサイクルプラザ	申込期間	2月1日(火)9:00～		
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ 月曜・祝日休館	参加費	無料 持ち物:使用済みペットボトル500ml2本、 軍手、タオル		
		対象・定員	各日10人(先着順)		
電話	64-3196	FAX		Eメール	
3	【子育て】クックでポーノ				
内容	簡単チーズケーキ				
開催日	2/9(水)	時間	12:00～		
会場	えるむの森保育園	申込期間	要問合せ		
申込み/ 問合せ	えるむの森保育園	参加費	費用 1世帯150円 持ち物 おしぼり、飲み物		
		対象・定員	10組		
電話	71-2013	FAX		Eメール	

4 【子育て】りとるきっず「ママカルチャー」				
内容	チョコレートケーキ作り			
開催日	2/10(木)	時間	10:30～	
会場	北ガスプラザ石狩ビル1階(花畔2-1)	申込期間	要問合せ	
申込み/ 問合せ	NPO法人こども・コムステーション・いしかり	参加費	500円 持ち物 エプロン	
		対象・定員	5人	
電話	64-5640	FAX	64-5640	Eメール
				comstation@ray.ocn.ne.jp
5 バレンタイン企画 チョコレートケーキを手作りしよう				
内容	市内菓子店「カント」の後藤 達也氏を講師に迎えます。			
開催日	2/12(土)	時間	10:00～12:00	
会場	北コミセン	申込期間	前日までに電話申込	
申込み/ 問合せ	地域食堂きずな	参加費	2,500円(ケーキ1ホール持ち帰り、材料代込み) 持ち物:エプロン、筆記用具	
		対象・定員	15人(先着順)	
電話	77-6393	FAX		Eメール
6 座禅の腹式呼吸による健康法				
内容	座禅の指導による腹式呼吸の体験と実践、座禅の目的について(雑念と三昧)			
開催日	2/13(日)	時間	10:00～11:30	
会場	りんくる	申込期間	不要	
申込み/ 問合せ	座禅サークル(田中)	参加費	100円	
		対象・定員		
電話	72-4839	FAX	72-4839	Eメール
7 太極拳教室				
内容	太極拳は足腰を鍛え、バランス感覚を養うのに効果的です。年をとってからでも続けられる太極拳を始めてみませんか?【講師】森 豊貴氏			
開催日	2/14日～4/4の毎週月曜 全8回。3/21は22に変更	時間	10:00～11:30	
会場	りんくる	申込期間	～2/7(月)	
申込み/ 問合せ	地域包括支援センター	参加費	2,400円(保険料込み)	
		対象・定員	40人(先着順)	
電話	72-7017	FAX		Eメール
				c-houkatsu@city.ishikari.hokkaido.jp
8 【子育て】子育てハッピーセミナーinいしかり				
内容	子育てでイライラしていませんか? イライラの毎日をハッピーな毎日に変えましょう! コミュニケーションスキルを学んで「たのしい!」毎日を。(Coaching Plus石谷二美枝さんによるコーチングセミナー) 【同時開催】・ハンドマッサージをして「きれい!」になってリラックス。(札幌feeling子育ての会によるミニセラピー) ・「おいしい!」試食してお弁当レシピもゲット。(LLCのこたべ能戸英里さんによる食育講座) 2日とも同じ内容で開催しますので、ご都合のいい会場にお越しください セミナーの間、おさんは別室でお預かりします セミナーの間、壊れたおもちゃが直って「うれしい!」9:30から受付。費用無料(交換部品は実費) 【主催】いしかり子育てネット会議			
開催日	2/15(火) 2/21(月)	時間	10:00～13:00	
会場	花川南コミセン 花川北コミセン	申込期間	申込み不要 託児のみ先着15人。 は2月8日まで、 は2月14日までに要申込	
申込み/ 問合せ	子育て支援課	参加費	無料	
		対象・定員		
電話	72-3631	FAX		Eメール
				k-shien@city.ishikari.hokkaido.jp
9 冬も歩こう! ノルディックウォーキング				
内容	ノルディックウォーキングは、ポールを持って歩く、誰にでも簡単にできる運動です。冬の運動不足解消にぜひご参加ください!【講師】JNWA公認マスタートレーナー 米田 歩惟(まいた あい)氏			
開催日	2/16(水)	時間	10:00～11:30(受付9:45～)	
会場	北コミセン	申込期間	2/14(月)	
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:上靴(運動靴)、タオル、筆記用具、飲み物、滑りにくい外靴、防寒着、手袋、帽子 ポールは無料で貸し出します	
		対象・定員	30人(先着順)	
電話	72-6123	FAX	72-1165	Eメール
				sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

10	あなたの知らないケータイとネットの怖い話「家庭の教育支援講演会」 ～子どもを守ってやれるのは、今！～				
内 容	仕事や家庭で忙しい保護者の方に特に聞いて欲しい内容です。ネットいじめ防止を目指す高校教諭の大和剛彦氏を講師に迎えます。				
開催日	2/16(水)	時 間	18:30～20:00		
会 場	北コミセン	申込期間	電話かEメールで～2/10(木)		
申込み/ 問合せ	社会教育課	参加費	無料		
		対象・定員			
電 話	72-3173	FAX	74-2294	Eメール	manabee@city.ishikari.hokkaido.jp
11	知ろう・学ぼう・北方領土「北方領土を知る集い」				
内 容	2月7日は「北方領土の日」です。北方四島(択捉島・国後島・色丹島・歯舞群島)が日本の領土であることは歴史的な経緯を見ても国際法に照らしても明らかです。あなたは知っていますか？知っているようで良く解らない「北方領土問題」をDVDなどで易しく解説！ 【主催】北方領土復帰期成同盟石狩地方支部、石狩市 北方領土パネル展も開催しています。2月8日(火)～13日(日)				
開催日	2/16(水)	時 間	13:30～		
会 場	市民図書館	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	総務課	参加費	無料		
		対象・定員			
電 話	72 - 3149	FAX	75-2275	Eメール	soumu@city.ishikari.hokkaido.jp
12	石狩地産地消フェスタ2011				
内 容	浜益産りんごで作るスイーツ教室【講師】浜益果樹園 木村 真智子氏 旬のにしん料理教室【講師】漁業士 中井 寿美子氏 地産地消シンポジウム ・基調講演「消費者と作る雪中貯蔵キャベツ」 農業者と消費者の連携による産消協働の取り組みについて 講師/美深町雪中貯蔵キャベツ研究会代表 伊藤 清氏 ・パネルディスカッション「石狩だから出来る！ 新たな農水産物の魅力と価値」 パネラー/田中誠(尙総幸丸水産)、小笠原英史(厚田アグリビジネス研究会)、中田直幸(中田農園)、藤沢和恵(山加製粉(株)代表取締役)、コーディネーター/飯澤理一郎(北海道大学大学院農学研究院教授) 【主催】石狩地産地消フェスタ2011実行委員会 石狩産農水産物の取り扱いの相談、加工品の展示販売も行います(一部試食有り)。				
開催日	2/19(土)	時 間	10:00～11:15 11:30～12:45 13:00～15:30		
会 場	北コミセン	申込期間	中学生以下のお子さんと保護者12組24人(先着順) 24人(先着順) 不要		
申込み/ 問合せ	農林水産課	参加費	1組300円 500円 無料		
		対象・定員			
電 話	72-3164	FAX		Eメール	nousui@city.ishikari.hokkaido.jp
13	海辺の自然塾(第6回)「川と海が育む石狩湾の魚～シラウオの研究から」				
内 容	海辺の環境保全を幅広い視野で考える座談会形式の勉強会です。 【講師】道立総合研究機構中央水産試験場研究員 山口 幹人氏				
開催日	2/19(土)	時 間	13:30～15:30		
会 場	花川北コミセン	申込期間	～2/17(木)		
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター	参加費	100円		
		対象・定員	高校生以上20人(先着順)		
電 話	72-3240	FAX		Eメール	
14	第30回石狩の古老に話を聞く会				
内 容	花畔在住の田口卓さんに消防団と花畔の話を聞く				
開催日	2/19(土)	時 間	13:30～		
会 場	市民図書館	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	いしかりまちづくり協議会 三島さん	参加費	200円		
		対象・定員			
電 話	74-2039	FAX		Eメール	

15 野外講座「石狩ビーチコーマーズ」～冬の漂着物～					
内 容	冬の季節風が運んでくる浜辺の漂着物を観察・採集し、その正体や起源をみんなで考えます。				
開催日	2/20(日)	時 間	9:00～13:00		
会 場	石狩浜周辺(冬の砂浜を約3km歩きます)	申込期間	2月2日(水)～18日(金)に電話で申し込み		
申込み/ 問合せ	砂丘の風資料館	参加費	無料 持ち物:防寒着、ビニール袋、長靴、手袋、帽子など		
		対象・定員	小学4年生以上 小学生は保護者同伴 20人(先着順)		
電 話	62-3711	FAX	62-3711	Eメール	bunkazaih@city.ishikari.hokkaido.jp
16 冬季スポーツ教室「カローリング体験」					
内 容	カローリングは、氷上で行うカーリングを室内で子どもから高齢者まで誰でも楽しめるよう改良したスポーツです。ご家族やお友達で冬場の運動不足解消にいかがですか?【主催】市体育指導委員協議会				
開催日	2/20(日) 3/26(土)	時 間	9:30～11:30 13:30～15:30 9:30～11:30 13:30～15:30		
会 場	石狩小学校 花川北コミセン 浜益スポーツセンター 厚田スポーツセン ター	申込期間	各開催日の2日前		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:上靴、運動しやすい服装		
		対象・定員	30人(先着順)		
電 話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
17 認知症サポーター養成講座「男女共同参画推進事業」					
内 容	介護の担い手に男女の別はありません。認知症になっても誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指しましょう。【講師】キャラバン・メイト(研修を受けた市内のグループホーム職員など)				
開催日	2/23(水)	時 間	13:30～15:10		
会 場	りんくる	申込期間	～2/18(金)		
申込み/ 問合せ	協働推進・市民の声を聴く課	参加費	無料		
		対象・定員	60人(先着順)		
電 話	72-3153	FAX		Eメール	kyoudou@city.ishikari.hokkaido.jp
18 図書館見学体験ツアー					
内 容	普段は入れない部屋、図書館の裏側を大公開します!見学だけでなく、図書館ならではの体験もあります。				
開催日	2/24(木)	時 間	13:30～15:30		
会 場	市民図書館	申込期間	2月1日(火)～		
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	無料		
		対象・定員	20人(先着順)		
電 話	72-2000	FAX		Eメール	ishikari-lib@mail.ishikari-lib-unet.ocn.ne.jp
19 ウォーキング レベルアップ講座					
内 容	健康のためにウォーキングを日常生活に取り入れている方が増えています。この講座は、より効果的なウォーキングを実践するために、一歩踏み込んだ内容を提供いたします。ウォーキングについていろいろな角度から学んでみよう! 講義「効率的に脂肪を減らす栄養学」、軽運動「筋トレを組み合わせるウォーキングの効果アップ!」【講師】(株)ウェルネスプランニング札幌管理栄養士 小松 信隆氏、溪仁会円山クリニック健康運動指導士 佐藤 雄一氏 運動実技「体のゆがみ直しウォーキング」【講師】原ヒロコビューティーウォーキングスクール代表 原 弘子氏				
開催日	2/25(金) 2/26(土)・27(日) 方で1コース。 はいずれか1日を選択	時 間	9:30～12:00 10:00～12:00		
会 場	北コミセン	申込期間	～2/14(月)		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物: 筆記用具 上靴、タオル、飲み物		
		対象・定員	運動制限のない20歳以上の市民50人(申込多数時抽選)		
電 話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

20	おもしろサイエンス「電気の不思議」			
内容	子どもたちにいろいろな理科実験や、理科遊びの指導を手伝ってくれる方を募集しています。			
開催日	2/26(土)	時間	9:30～15:30 午後のみ参加可	
会場	南線小学校(花川南3-1)	申込期間	～2/24(木)	
申込み/ 問合せ	NPO教育支援協会北海道 安田さん	参加費	無料 持ち物:上靴、筆記用具、はさみ、カッター、昼食	
		対象・定員	高校生以上	
電話	74-6198	FAX	74-6198	Eメール
21	【親子】親子料理教室「みんなでひなまつりパーティーをしよう」			
内容	親子での調理実習(メニューは簡単デコレーション寿司、お楽しみデザートなど)。男の子も大歓迎。参加してくれたお子さんにはバンダナをプレゼント。 【講師】市管理栄養士 託児あり(1歳以上から。受け入れは10人まで)			
開催日	2/26(土)	時間	10:00～13:00	
会場	花川北コミセン	申込期間	～2/18(金)	
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	1組500円 持ち物:エプロン、三角きん、ハンドタオル、はし(お子さんはフォーク、スプーン)、筆記用具	
		対象・定員	4歳～就学前のお子さんと保護者18組36人(先着順)	
電話	72-6124	FAX		Eメール
				hokens@city.ishikari.hokkaido.jp
22	両親教室			
内容	助産師による出産、育児の話、赤ちゃんをお風呂に入れる練習、お父さんの妊婦疑似体験など			
開催日	2/27(日)	時間	13:00～15:00	
会場	りんくる	申込期間	～11/24(水)	
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	持ち物:母子健康手帳、バスタオル、タオル、ガーゼハンカチ	
		対象・定員		
電話	72-3124	FAX		Eメール
				hokens@city.ishikari.hokkaido.jp

3月以降開催の連携講座

23	第6回草花を楽しむ講習会			
内容	高岡にあるノーザンノーサン農場の卵「イコロラン」と地物野菜を使って作って楽しく食べましょう。 【講師】英国王立園芸協会日本支部認定ハンギングバスケットマスター 梅木 あゆみ氏			
開催日	3/9(水)	時間	10:00～12:00	
会場	花川北コミセン	申込期間	2月23日(水)～25日(金)に電話で申し込み	
申込み/ 問合せ	石狩市フラワーマスター連絡協議会事務局(都市整備課内)	参加費	300円	
		対象・定員	50人(先着順)	
電話	72-3139	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。メニュー票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 72-3173