

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（平成24年3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

3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15 石狩川 ～北の大地の母なる大河

3/8（木） 10:30～12:00 市民図書館

講座16 お茶の間目線の経済談義

3/13（火） 10:30～12:00 花川北コミセン

3月開催の連携講座

1	【子育て】心育てのわらべうたあそび			
内容	子どもたちの遊びの中から生まれたわらべうたは、物のない時代に人の心と心をつなぐ、大切な遊びでした。社会性・言語・音楽・運動面と多彩な役割を果たします。子育て中のあわただしい生活から離れて、親子で楽しいひとときを過ごしましょう！ 絵本や紙芝居の読み聞かせもあります。			
開催日	3/1(木)	時間	10:00～11:00	
会場	りんくる	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	石狩市わらべうた研究会 (北海道音楽の会会員) 岩本さん	参加費	無料	
		対象・定員		
電話	011-764-1453	FAX	011-764-1453	Eメール
2	【子育て】からだを使ってあそぼう！「コーディネーショントレーニング」			
内容	運動能力を高める動きを取り入れた遊びをして、スキンシップも深めましょう。			
開催日	3/6(火)	時間	11:00～11:30	
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	要申込	
申込み/ 問合せ	子育て広場「りとるきっず」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり)	参加費	無料	
		対象・定員	2～3歳児をもつ親子10組	
電話	76-6688(月～土 祝除)10～16時	FAX		Eメール
3	【子育て】子育て子育てゼミナール			
内容	ゼミナール「誕生学～生まれてきたことが嬉しくなると、未来が楽しくなる」 【講師】伊藤 ゆう子 氏(誕生学協会認定誕生学アドバイザー) 託児あり(要事前申込)。終了後、15:30～16:30に子育てネット会議も開催。			
開催日	3/6(火)	時間	14:00～15:30	
会場	市役所4階403会議室	申込期間	申込不要	
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

カレッジの
連携団体
です

会員募集

いきいきストレッチ体操とゲーム等で
頭もカラダもリフレッシュしましょう

楽々レクリエーション杏の会

毎週火曜日 午後1時30分～3時 白樺会館

申し込み先 安田(74-6196)

一般住宅に火災警報器の設置義務付となりました
消火器・火災警報器・防災用品・各種標板
消防機材・消防用設備施工・保守点検

(有)道央防災センター

防災アドバイザー 石狩市花川南6条3丁目41
防災士・消防設備士 TEL・FAX 73-9678

4 【子育て】歯のブラッシングチェック				
内容	磨き残しチェック液を使って、歯のチェックをします。			
開催日	3/8(木)	時間	10:00～11:30、13:00～15:30 10分程度	
会場	こども未来館「あいぽーと」	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	子育て広場「りとるきっず」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり)	参加費	10円(チェック液代として) 持ち物:歯ブラシ(100円 で販売もあり)、スタイ(よだれかけ)	
		対象・定員		
電話	76-6688(月～土 (祝除)10～16時)	FAX		Eメール
5 ふまねっと健康教室				
内容	50cm四方のマス目でできた網を床に敷き、この網を踏まないようにゆっくり歩く運動です。歩くためのステップは、たくさん用意されており、脳の活性化や健康づくりの効果が期待できます。			
開催日	3/8(木)	時間	10:30～12:00	
会場	学び交流センター	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	ふまねっとはまなす 永山さん	参加費	300円 持ち物:底の平らな上靴	
		対象・定員		
電話	74-7160	FAX	74-7160	Eメール
6 ウオー9(ク)の日イベント「冬も歩こう！ノルディックウオーキング」				
内容	いしかりノルディックウオーキングサークルの皆さんと、雪道ウオーキング(約4.4km)を楽しみましょう。簡単な講習も行いますので、初心者の方も歓迎です。 荒天中止、ウオーキングボールの貸し出しあり(無料)			
開催日	3/9(金)	時間	10:00～11:30	
会場	花川北コミセン	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:飲み物	
		対象・定員		
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
7 座禅の腹式呼吸による健康法				
内容	座禅の指導、腹式呼吸の体験と実践、座禅の目的(雑念と三昧(ざんまい))について。			
開催日	3/11(日) 毎月第2日曜	時間	10:00～11:30	
会場	りんくる	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	座禅サークル 田中さん	参加費	1回100円	
		対象・定員		
電話	72-4839	FAX	72-4839	Eメール
8 【子育て】おしゃれスタイ作り				
内容	ママ手作りのおしゃれなスタイで“よだれ時代”を楽しく乗り切りましょう。			
開催日	3/13(火)	時間	10:30～12:00	
会場	こども未来館「あいぽーと」	申込期間	要申込	
申込み/ 問合せ	子育て広場「りとるきっず」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり)	参加費	500円	
		対象・定員	4人	
電話	76-6688(月～土 (祝除)10～16時)	FAX		Eメール

私たちはいしかり市民カレッジを応援しています。

会員募集

気楽に短歌を語り合ってみませんか。

石狩短歌会

月例会会 毎月第3日曜日 13:00～16:00
 学び交流センター(花川北3条3丁目)
 連絡先 安藤 73-5245

～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働会

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

9 【子育て】育児の知恵袋「断乳・トイレトレーニングのお話」				
内容	どんなタイミングで断乳したらいいのか、トイレトレーニングのタイミングなどについてのお話を保健師さんに聞いてみよう！			
開催日	3/13(火)	時間	14:00～	
会場	えるむの森保育園(花川東93-5)	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	地域子育て支援センター「えるむ」	参加費	無料	
		対象・定員	就学前のお子さんと保護者	
電話	71-2013	FAX	Eメール	
10 地域交流事業「コーディネーション運動で動ける身体づくり 第6弾」				
内容	ボールやフラフープを使用し、思い通りに身体を動かせる身体づくりを目指します。			
開催日	3/13(火)	時間	16:30～17:30	
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	～3/12(月)	
申込み/ 問合せ	こども未来館「あいぼーと」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり)	参加費	無料 持ち物:運動できる服装、運動靴	
		対象・定員	60歳以上の方10人	
電話	76-6688(月～土 祝除)10～16時	FAX	Eメール	
11 定期普通救命講習会				
内容	毎月第3日曜に実施している、心肺蘇生(そせい)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」をお渡します。			
開催日	3/18(日)	時間	9:00～12:00	
会場	石狩消防署(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	石狩消防署警備課	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	74-9814	Eメール
12 講座・大人のための昔話「昔話と自然災害」				
内容	人類は誕生の時から、自然災害と戦ってきました。その積み重ねられた記憶はどのように昔話の中に息づいているのか探ります。 【講師】安齋 久子 氏(子どもの本の専門店どりーむきゃっチャー)			
開催日	3/18(日)	時間	10:00～12:00	
会場	市民図書館	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	無料	
		対象・定員	中学生以上	
電話	72-2000	FAX	73-9120	Eメール ishikari-lib@mail.ishikari-lib-unet.ocn.ne.jp
13 冬の図書館講座「探偵はバーにいる」				
内容	昨年公開の大ヒット映画「探偵はBARにいる」の原作者を迎えて、原作と映画の違いについてお話しします。 【講師】東 直己 氏(作家)			
開催日	3/20(火・祝)	時間	14:00～15:30	
会場	市民図書館	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	無料	
		対象・定員		
電話	72-2000	FAX	73-9120	Eメール ishikari-lib@mail.ishikari-lib-unet.ocn.ne.jp

いしかり市民カレッジ 協賛企業・団体

創立30周年記念

アルバ・コラーレ定期演奏会

2012年5月27日(日) 14時開演

花川北コミュニティセンター

問い合わせ先: 佐々木 74-0992 鎌田 74-0890

漢方薬 お気軽にご相談ください

八方堂薬局

石狩市花川南1条5丁目71番地

TEL 74-2012

定休日 日曜日 営業時間 / 10:00～20:00

14	冬季スポーツ教室「カローリング体験」			
内容	氷上で行うカローリングを、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。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	3/22(木) 3/25(日)	時間	18:30～20:30 13:30～15:30	
会場	浜益コミセン 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	市民 各日30人(先着順)	
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール
				sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
15	NPO法人のための年度末事務講座			
内容	決算月の3月に、一緒に各種提出書類の書き方などを学習しましょう。 【講師】北村 美恵子 氏(北海道NPOサポートセンター)			
開催日	3/23(金)	時間	17:30～19:30	
会場	市民活動情報センター「ぽぼらーと」	申込期間	～3/21(水)	
申込み/ 問合せ	市民活動情報センター「ぽぼらーと」 (花川北コミセン内)	参加費	無料 持ち物：「NPOの参考書」(北海道NPOサポートセンター発行) お持ちでない方は当日会場で販売します(2,100円)	
		対象・定員	NPO法人やその設立に関心がある方 20人(先着順)	
電話	77-7070	FAX	77-7071	Eメール
16	海辺の自然塾第8回【川と海のつながりを学ぶ～「ワカサギ」の生態研究から～】			
内容	【講師】浅見 大樹 氏(北海道立総合研究機構中央水産試験場研究員)			
開催日	3/24(土)	時間	10:30～12:00	
会場	市民図書館	申込期間	～3/22(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	
電話	72-3240	FAX	75-2275	Eメール
				ihama@city.ishikari.hokkaido.jp
17	NPO法人石狩スポーツクラブ・石狩スキースクール「春休みスキー講習会」			
内容	昼食・送迎バス・リフト・講習・保険 28日(水)に検定あり			
開催日	3/25(日)～29(木)	時間	講習時間9:20～14:20	
会場	朝里川温泉スキー場	申込期間	～3/11(日)	
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	高校生以上29,500円(小中学生25,000円) 会員は割引あり	
		対象・定員		
電話	090-9084-3941 (10～16時)	FAX	74-1539	Eメール
18	お口の健康教室			
内容	正しい口腔ケア方法、歯ぐきからの出血の有無を調べるテスト、歯垢染め出しなど 個別指導の希望者は申込時に応相談			
開催日	3/26(月)	時間	10:00～10:45	
会場	りんくる	申込期間	～3/19(月)	
申込み/ 問合せ	地域包括支援センター	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(先着順)	
電話	72-7017	FAX		Eメール
				c-houkatsu@city.ishikari.hokkaido.jp
19	冬の図書館講座「庄内藩のハママシケ(浜益)開拓」			
内容	江戸時代末期、山形の庄内藩が浜益開拓に来たその足跡が、ハママシケ陣屋です。 あまり知られていない浜益の歴史講座です。 【講師】関 秀志 氏(元北海道開拓記念館学芸部長)			
開催日	3/31(土)	時間	14:00～15:30	
会場	市民図書館	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	無料	
		対象・定員		
電話	72-2000	FAX	73-9120	Eメール
				ishikari-lib@mail.ishikari-lib-unet.ocn.ne.jp

4月以降開催の連携講座

1 NPO法人石狩スポーツクラブ・石狩スキースクール「スキーツアーinルスツ」				
内容	1泊2日 グループごとに指導員をつけます。			
開催日	4/2(月)～3(火)	時間	2日7時から3日18時まで(予定)	
会場	ルスツリゾートスキー場	申込期間	～3/11(日)	
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	大人19,000円、子ども17,000円(1泊4食、ゴンドラ・リフト券2日間付き。バス代込み) 保険料別	
		対象・定員	小学2年生以下は保護者同伴	
電話	090-9084-3941 (10～16時)	FAX	74-1539	Eメール
2 大人の水泳教室				
内容	ナイト初心者コース(毎週月曜、全8回) 平泳ぎ上達コース(毎週水曜、全8回) ナイト水中運動コース(毎週木曜、全7回) バタフライ上達コース(毎週金曜、全7回) 大人初心者コース(毎週土曜、全7回)			
開催日	4・5月	時間	19:30～20:30 9:45～10:30 12:30～13:30	
会場	市民プール	申込期間	3/1(木)～26(月)に費用・印鑑を持参し申込み	
申込み/ 問合せ	市民プール	参加費	6,400円 5,600円 4,900円	
		対象・定員	各コース10人(先着順) 最少開講人数5人	
電話	74-6611	FAX		Eメール
3 【子育て】親子スイミング				
内容	お子様とスキンシップを図り、お子様の心身の発達を手助けします。			
開催日	4/3～5/22の毎週火曜(全8回) 4/7～5/26の毎週土曜(全7回)	時間	15:00～15:45 9:45～10:30	
会場	市民プール	申込期間	3/1(木)～26(月)に費用・印鑑を持参し申込み	
申込み/ 問合せ	市民プール	参加費	6,400円 5,600円	
		対象・定員	6カ月～3歳未満のお子さんと保護者 各コース10組(先着順) 最少開講人数5組	
電話	74-6611	FAX		Eメール
4 初級手話講習会				
内容	初級手話講習			
開催日	4/11～7/18 毎週水曜(全15回)	時間	10:00～12:00	
会場	りんくる	申込期間	～3/15(木)	
申込み/ 問合せ	障がい支援課	参加費	テキスト代のみ	
		対象・定員	手話に興味があり、期間を通して受講できる方 20人程度(申込多数時抽選)	
電話	72-3194	FAX	75-2270	Eメール syougais@city.ishikari.hokkaido.jp

いしかり市民カレッジ 協賛企業・団体

～サービスの基本を大切にする～
株式会社 北海道丸和ロジスティクス

北海道に11拠点・全国に110拠点

(本社)：石狩市新港南2丁目718-2
 Tel:0133-64-7981/Fax:0133-64-7983
 丸和運輸機関：http://www.momotaro.co.jp/



桃太郎便

一般家電宅配・取付設置及び工事
 運輸事業「桃太郎便」
 3PL事業