

「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6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(講座5) 北海道の果樹を学び、つくる【スキルアップコース】					
内容	開拓使が北海道に果樹を導入して以来、北海道の果樹は府県にはない樹種・品種が栽培される等、特徴があります。また、新しい果樹の品種はどのようにできるのか、北海道の家庭でつくることのできる果樹はどのようなものがあるのか等、北海道の果樹の世界を、見学を交えて学び、知識を深めませんか？ 「北海道の果樹」 「果樹品種のつくり方/家庭での楽しい果樹づくり」 「見学:独立行政法人 中央農業試験場、ホクレンくるるの杜」 【講師】村松 裕司氏(元北海道立総合研究機構 中央農業試験場 作物開発部 主査(果樹))				
開催日	7/14(土) 8/18(土) 9/7(金)	時間	13:00～14:30 9:30～16:00		
会場	花川北コミセン 長沼町、北広島市	申込期間	6/1(金)～7/2(月)		
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)	参加費	カレッジ生1,200円、一般1,500円(3回分)はバス代別途1,000円程度必要		
		対象・定員	30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 いしかり市民カレッジ(講座6) 北海道開拓者精神とは・・・【いしかり学コース】					
内容	札幌市は、明治の先人たちがたくましい開拓精神と英知によって、雄大で豊かな北海道の大自然を開拓して築き上げた都市です。石狩平野の西南に位置し、豊平川の扇状地を中心に、その面積は1121,12km ² に及び、今や政令指定都市として格調高い近代文化都市への一大躍進を続けています。本講座では、屯田兵がどのように生き、開拓してきたのかを学びます。 「侍たちの北海道開拓」 「開拓使最初の屯田兵村 琴似」 【講師】永峰 貴氏(琴似屯田子孫会 事務局長)				
開催日	7/20(金) 8/9(木)	時間	10:30～12:00		
会場	花川北コミセン	申込期間	6/18(月)～7/6(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)	参加費	カレッジ生800円、一般1,000円(2回分)		
		対象・定員	30人(申込多数時抽選)		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

6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2 アジア人はるかなる旅～私たちの祖先がたどってきた道 申込みは終了しています。
6/2(土) 13:00～14:30 花川北コミセン

講座3 村山耀一さんと歩く「石狩歴史散歩～石碑が語る先人の足跡」
申込みは終了しています。
6/14(木) 6/28(木) 7/12(木) 9:00～12:30 9:00～15:30 全てフィールドワーク

講座4 アートを探しに出かけよう(申込締切6/12(火))
6/23(土) 9:00～16:30 7/3(火) 9:30～12:00 両日ともフィールドワーク

6月開催の連携講座

1 料理教室 食べて元気に！！				
内 容	手作りの楽しさを味わいます。			
開催日	6/5(火)、12(火)、19(火)、26(火)	時 間	10:00～12:00	
会 場	エコマイスター良子の店(花川北6-2 りんくる隣黄色の建物)	申込期間	～6/3(日)	
申込み/ 問合せ	久保さん	参加費	2,000円(4回分)	
		対象・定員	8人	
電 話	090-2057-4020	FAX	Eメール	
2 ジョギング教室 朝カレーライス付！！				
内 容	りんくる隣からスタートして、図書館の裏の川沿いを約4キロ走ります。			
開催日	6/7(木)	時 間	6:00～7:00	
会 場	エコマイスター良子の店(花川北6-2 りんくる隣黄色の建物)	申込期間	～6/6(水)	
申込み/ 問合せ	久保さん	参加費	300円(カレー代) 持ち物:ジョギングできる靴・服装、タオル	
		対象・定員	4人	
電 話	090-2057-4020	FAX	Eメール	
3 リサイクルプラザ講座「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	6/7(木)、8(金)、9(土)、21(木)、22(金)	時 間	9:30～11:00	
会 場	リサイクルプラザ	申込期間	6/1(金)9:00～電話で申し込み	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ	参加費	500円 持ち物:包丁(3丁まで)、タオル	
		対象・定員	各日5人(先着順)	
電 話	64-3196(月曜・祝日休館)	FAX	64-3195	Eメール recycle@city.ishikari.hokkaido.jp
4 初心者スポーツ教室「カローリング」				
内 容	ルールや投球テクニックなどを教わり、試合を行います。子どもから高齢者まで一緒に楽しめるニュースポーツです。ご家族やお友達で気軽に参加してください。【講師】石狩市スポーツ推進委員協議会			
開催日	6/8(金)、22(金)	時 間	18:30～20:30	
会 場	B&G海洋センター	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(高校生以上は施設利用料100円) 持ち物:上靴、運動しやすい服装	
		対象・定員	市民(小学生以上)	
電 話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
5 エンジョイスports教室				
内 容	歪み改善エクササイズ ウォーキングコンディショニング 体幹エクササイズ 【講師】フィットネスインストラクター 山田 泰子氏			
開催日	6/8(金) 11(月) 15(金)	時 間	19:00～21:00	
会 場	B&G海洋センター	申込期間	～6/1(金)	
申込み/ 問合せ	(財)石狩市体育協会	参加費	1回600円、3回券1,700円	
		対象・定員	市内在住・在勤の方 40人	
電 話	64-1220	FAX	64-1222	Eメール i-sports@crocus.ocn.ne.jp
6 【子育て】パパTIME 野外料理達人塾				
内 容	親子料理体験(火のおこし方、お米の炊き方、おいしいおにぎりの作り方、手作りピザ、段ボールオープン作り)			
開催日	6/10(日)	時 間	9:30～15:00	
会 場	花川南3条会館(花川南3-4)	申込期間		
申込み/ 問合せ	子育て支援サークルTime 桑島さん	参加費	実費(材料費、保険料) 持ち物:ピザの具材、食器、飲み物	
		対象・定員	1歳以上の幼児・低学年の児童と父・祖父	
電 話	090-2075-0274	FAX	Eメール	

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(さんまい))について			
開催日	6/10(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	るるる キッチンガーデンくらぶ「田植え&ジンギスカンたれづくり」 【いしかり食と農のカレッジ】			
内 容	田植え体験をした後は、畑でジンギスカンと簡単クッキングを楽しみます。ご家族でもおひとりでも気軽に参加してください。【講師】北海道フードマイスター 木村 光江氏(みーやん)			
開催日	6/10(日)	時 間	10:00～15:00	
会 場	美登位431-4	申込期間	～6/9(土)	
申込み/ 問合せ	るるる キッチンガーデンクラブ事務局:北海道 住宅新聞社編集部(栗原さん) いしかり食と農のカレッジ事務局:農林水産課		参加費	大人2,500円、子ども1,000円(小学生以下無料) 料理代・苗代など込 持ち物:軍手、タオル、ゴミ袋、長靴、汚れても平気な服装、着替え、防寒着の上着、お皿、はし、コップ、敷物等
			対象・定員	子どもは小学生～高校生まで
電 話	011-736-9811	FAX	011-717-1770	Eメール
				kurihara@iesu.co.jp
9	地域交流事業～第9回コーディネーション運動で動ける身体づくり～			
内 容	ボールやフラフープを使って思い通りに動ける身体を目指します。			
開催日	6/12(火)	時 間	10:00～11:00	
会 場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	～6/11(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・靴
			対象・定員	60歳以上の方 10人
電 話	76-6688(月～土 祝除く)10～16時)	FAX		Eメール
10	これからの支援を考えよう～東日本大震災から1年～【まちづくりラウンドテーブル第6弾】			
内 容	被災後すぐに支援に行き、この5月に被災地へ行った石狩商工会議所青年部の方や、被災者受け入れを行っている、東日本大震災市民支援ネットワーク・札幌「むすびば」の尾形さんを招きます。共にこれからの支援について考えましょう。被災地で作っている、加工品の試食もご用意します。			
開催日	6/12(火)	時 間	18:00～	
会 場	石狩市市民活動情報センター・ぼぼらーと	申込期間	要問い合わせ	
申込み/ 問合せ	石狩市市民活動情報センター・ぼぼらーと		参加費	要問い合わせ
			対象・定員	20人程度
電 話	77-7070	FAX		Eメール
11	【子育て】ベビーマッサージ			
内 容	優しいママのマッサージでスキンシップ! 【講師】札幌feelingの会 梅本さん			
開催日	6/13(水)	時 間	10:30～	
会 場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	要問い合わせ	
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 持ち物:バスタオル、ハンドタオル、防水シート(または大きいビニール袋)
			対象・定員	3ヶ月～10ヶ月の赤ちゃんを持つ10組の親子
電 話	76-6688(月～土 祝除く)10～16時)	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

12 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	6/14(木)、6/28(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	2回で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	74-7160	FAX	74-7160	Eメール
13 料理研究会【草もちを作ろう】				
内容	おいしい草もちを作ります。			
開催日	6/15(金)	時間	10:00～13:00	
会場	紅南会館(花川北1-5)	申込期間	～6/12(火)	
申込み/ 問合せ	杏の会	参加費	500円	
		対象・定員	15人(先着順)	
電話	74-6198	FAX	74-6198	Eメール
14 石狩海岸自然体験会(銭函～石狩川河口)～初夏の海辺を散策しよう!				
内容	石狩海岸自然体験会(銭函～石狩川河口)～初夏の海辺を散策しよう!			
開催日	6/16(土)	時間	9:30～14:30	
会場	市役所駐車場集合(9:30)	申込期間	～6/11(月)	
申込み/ 問合せ	いしかり海辺ファンクラブ事務局 石井さん	参加費	300円(中学生以下100円) 持ち物:昼食、飲み物、野外を歩ける服装、雨具、お持ちの方は双眼鏡	
		対象・定員	小学校4年生以上(小学生は父兄同伴) 20人(先着順)	
電話	74-1068	FAX		Eメール
15 第38回石狩の古老に話を聞く会				
内容	戸田記念墓地公園副所長の八木政明さんに「戸田墓園の歴史」についてお話を聞きます。			
開催日	6/16(土)	時間	13:30～	
会場	市民図書館	申込期間		
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	200円	
		対象・定員		
電話	72-2000	FAX	73-9120	Eメール tosyokann@city.ishikari.hokkaido.jp
16 石狩病院 市民公開講座				
内容	石狩病院では、地域のみなさまに健やかに過ごしていただけるよう、4月から隔月で無料市民公開講座を行っています。第2回目は、外科の三浦秀元医師が痔や虫垂炎、脱腸、胆石、下肢静脈瘤などの治療について、また健診事業課の職員が助成をえる石狩市の健康診断についてわかりやすくお話しします。 【講師】石狩病院・外科・三浦 秀元氏、健診事業課・大原知己氏			
開催日	6/16(土)	時間	14:00～15:00	
会場	花川南コミセン	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	石狩病院 医事課内 いしかり市民公開講座事務局	参加費	無料	
		対象・定員	健康に関心のある市民40人	
電話	74-8611	FAX	74-8614	Eメール msw@ishikari-hosp.ecnet.jp
17 ウオー9(ク)の日イベント				
内容	すこやかロード紅葉山公園・遊歩道コース(約3.3km)を歩いた後、公園設置の健康遊具で運動講習。雨天中止。			
開催日	6/19(火)	時間	10:00～11:30	
会場	紅葉山公園(西側芝生広場 花川北2-3)集合	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(水・お茶など)、歩くのに適した靴・服装	
		対象・定員	市民	
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

18	【子育て】心育てのわらべうたあそび			
内容	わらべうたのほか、絵本や紙芝居の読み聞かせや保健師によるベビーマッサージもあります。大人の参加も歓迎です。			
開催日	6/21(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 岩本さん		参加費	無料 持ち物:バスタオル1枚、防水シート1枚
		対象・定員		
電話	011-764-1453	FAX	011-764-1454	Eメール
19	石狩市民講座「萌木」 労働講座【一人でも入れる労働組合】			
内容	【講師】河野 晃興氏(自交総連所属 札幌圏連帯労組執行委員)			
開催日	6/24(日)	時間	10:00～	
会場	花川南コミセン	申込期間	～6/17(日)	
申込み/問合せ	笠原さん		参加費	500円
		対象・定員	25人(先着順)	
電話	73-6862	FAX	73-6862	Eメール
20	有機栽培で蕎麦づくり ～種まき～			
内容	種まきから育て、秋に収穫、石臼挽きした新蕎麦を打って、食べてみませんか？化学肥料も農薬も使わない、有機栽培にこだわった蕎麦粉だけでつくる蕎麦麺にチャレンジ。【講師】1.5ファーム 長 良幸氏			
開催日	6/24(日)	時間	10:00～14:00 昼食は各自持参	
会場	あつたむら1.5ファーム(厚田区古潭214-3)		申込期間	～6/22(金)
申込み/問合せ	いしかり食と農のカレッジ事務局:農林水産課		参加費	1,000円
		対象・定員	定員10名	
電話	0133-72-3164	FAX	0133-72-3540	Eメール
			nousui@city.ishikari.hokkaido.jp	
21	短時間でできる塩こうじ作り			
内容	石狩産の米を使ったこうじを使用します。			
開催日	6/26(火)	時間	10:00～11:30	
会場	JAいしかり地物市場とれのさと(樽川120-3)		申込期間	～6/15(金)
申込み/問合せ	おやふる工房 影井さん		参加費	1,000円 持ち物:エプロン、三角きん
		対象・定員	20人(先着順)	
電話	64-9559	FAX	64-9559	Eメール
22	花めぐりバスツアー【「イコロの森」見学と研修会】			
内容	イコロの森を見学・研修し、地域の緑に役立てましょう！			
開催日	6/30(土)	時間	9:00～17:00	
会場	苫小牧市「イコロの森」 8:45市役所来客用駐車場集合		申込期間	6/18(月)8:45～6/20(水)17:15 電話申込のみ 1回の申込につき2人まで
申込み/問合せ	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	1,000円(65歳以上800円) 持ち物:昼食、運動靴、年齢証明(65歳以上)
		対象・定員	30人(申込多数時抽選)	
電話	72-3139	FAX	75-2274	Eメール
23	アスパラ料理講習会【いしかり食と農のカレッジ】提携講習会			
内容	採れたてのアスパラで料理してみませんか？【講師】藤女子大学食物栄養学科 菊地 和美氏			
開催日	6/30(土)	時間	10:00～	
会場	花川北コミセン 調理室		申込期間	～6/29(金)
申込み/問合せ	いしかり地産地消を楽しむ会(荒澤さん) いしかり食と農のカレッジ事務局:農林水産課		参加費	700円
		対象・定員	定員20名	
電話	72-3672	FAX	78-2371	Eメール

7月以降開催の連携講座

1	放射線の話 - 環境・健康・医療・産業における放射線 -				
内 容	福島原子力発電所の事故以来、放射線に対する社会の関心が高まっています。本講座では、放射線とは何かといった基礎知識からスタートし、身近な環境で計測される放射線、放射線の健康への影響、放射線を使った最先端医療、及び放射線の産業・工業への応用に関して、一般市民を対象にわかりやすく解説します。				
開催日	7/6～8/3(毎週金曜)	時 間	18:15～19:45		
会 場	北海道大学工学部B11講義室	申込期間	6/1～6/22(土日除く)		
申込み/ 問合せ	北海道大学工学系事務部教務課(学生支援担当)		参加費	全5回3,000円、1回のみ1,500円	
			対象・定員	市民一般	
電 話	011-706-6707	FAX	011-706-6141	Eメール	k-gaksei@eng.hokudai.ac.jp
2	健康づくり講座「高血圧予防！減塩料理教室				
内 容	講話(減塩料理のポイントなど)、減塩料理の調理実習【講師】食生活改善推進員				
開催日	7/13(金)	時 間	10:00～13:00		
会 場	りんくる	申込期間	～7/5(木)		
申込み/ 問合せ	保健推進課		参加費	300円 持ち物:エプロン、三角きん、ふきん、はし、筆記用具	
			対象・定員	30人(先着順)	
電 話	72-3124、72-6124	FAX		Eメール	hokens@city.ishikari.hokkaido.jp

体育協会「スポレク出前体育講座」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 (財)石狩市体育協会 電64-1220 FAX64-1222 メールi-sports@crocus.ocn.ne.jp