

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（平成28年10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13》「石狩の漁業 ～今、石狩でどんな魚介類が獲れるの？」				
内容	①石狩川の漁業 ②石狩湾の漁業				
開催日	①11/8(火) ②11/15(火)	時間	13:30～15:00		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	10/25(火)		
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	受講料 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
No. 2	《講座14》「北前船ものがたり」				
内容	①北前船の誕生から衰退、そして北海道との関わり ②北前船の活動範囲と地域社会への影響 ③石狩市の歴史に見る北前船				
開催日	①11/16(水) ②11/30(水) ③12/14(水)	時間	10:30～12:00		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	～11/2(水)		
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	受講料 1,500円、カレッジ生1,200円(全3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

10月には、次の「いしかり市民カレッジ主催講座」も開催されます。
受講申し込みされた方はお忘れなく。

講座12「北海道の150年物語」

①10/7(金) ②10/21(金) ③10/28(金) 10:30～12:00 花川北コミセン

まちの先生企画講座

No. 1	《講座4》「あったかい絵手紙をかこう」				
内容	クリスマスや年末年始のごあいさつに楽しく絵手紙を書きましょう。 ①へたでいい、へたがいい、季節の野菜 ②いきいきのちをかいて元気を届ける ③ありがとうを伝える絵手紙と年賀状				
開催日	①11/11(金)②11/18(金)③11/25(金)	時間	13:30～15:00		
会場	市公民館	申込期間	～10/28(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	受講料 1,500円、カレッジ生1,200円(全3回分) 材料代 1,500円(全3回分) 持ち物:筆記用具		
		対象・定員	各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 TEL72-3173

10月開催の連携講座

No. 1 石狩浜海浜植物保護センターミニ講座					
内容	「外来植物について考える」				
開催日	10/6	時間	11:00～12:00		
会場	石狩浜海浜植物保護センター(弁天町48・1)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター(弁天町48・1)	参加費	無料		
		対象・定員	—		
電話	60-6107	FAX	—	Eメール	—
No. 2 「豊川エカシの技」アイヌ伝統民具作品展記念講演会「石狩アイヌの富豪漁業家ー豊川アンノランと一族ー」					
内容	講師:石狩市郷土研究会 顧問 田中 實氏				
開催日	10/8(土)	時間	13:30～15:00		
会場	市民図書館(花川北7・1)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	市民図書館(花川北7・1)	参加費	300円(資料代)		
		対象・定員	—		
電話	72-2000	FAX	—	Eメール	—
No. 3 ニュースポーツ運動会♪					
内容	ニュースポーツ運動会 参加者にはパンと牛乳を支給				
開催日	10/8(土)	時間	13:30～16:00		
会場	サン・ビレッジいしかり(新港中央1・701)	申込期間	～10/5(木)		
申込み/ 問合せ	(一社)アクト・スポーツプロジェクト	参加費	会員無料、非会員100円(保険料) 持ち物:上靴、タオル、飲み物		
		対象・定員	小学生～高齢者(保護者同伴であれば幼児可)		
電話	62-8162	FAX	—	Eメール	—
No. 4 座禅の腹式呼吸による健康法					
内容	座禅の指導と腹式呼吸の体験と実践、座禅の目的について(雑念と三昧との違いについて)				
開催日	10/9(日) ※毎月第2日曜	時間	10:00～11:00		
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	座禅サークル 田中さん	参加費	100円		
		対象・定員	—		
電話	72-4839	FAX	72-4839	Eメール	—
No. 5 石狩市総合型地域スポーツクラブアクト 地域密着隊					
内容	①笑いラダーウォーク ②体質改善ヨガ ③貯筋運動				
開催日	①②10/11(火) ③10/18(火)	時間	10:30～11:30		
会場	①りんくる(花川北6・1) ②花川南コミセン(花川南6・5) ③花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	(一社)アクト・スポーツプロジェクト	参加費	各500円 持ち物:上靴、タオル、飲み物		
		対象・定員	各30人		
電話	62-8162	FAX	—	Eメール	—

～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 石狩市花畔 360-26

連絡先: 0133 (76) 1133

No. 6 気軽に続けられる体操の講習会				
内容 筋力を鍛え、バランス感覚を養う。 講師：北海道医療大学リハビリテーション科学部 鈴木英樹 教授				
開催日 10/12(水)		時間 10:00～12:00		
会場 ニューあかしや会館(花川南1・6)		申込期間 ～10/10(月・祝)		
申込み/問合せ 楽々レクリエーション杏の会		参加費 500円 持ち物:タオル、飲み物		対象・定員 —
		電話 74-6196 FAX 74-6198 Eメール —		
No. 7 手芸講座(小物作り)				
内容 初心者の方大歓迎です。				
開催日 10/12(水)・21(金)		時間 9:00～12:00		
会場 リサイクルプラザ(新港南1・22)		申込期間 10/1(土)9時～		
申込み/問合せ リサイクルプラザ(新港南1・22) ※月曜・祝日休館		参加費 500円		対象・定員 各5人(申込順)
		電話 64-3196 FAX — Eメール —		
No. 8 「明るい終活」～エンディングノート書き方無料セミナー 終活ってなに？				
内容 エンディングノートを実際を書いてみましょう。書く際の注意点を専門家がわかりやすく説明します。				
開催日 10/12(水)		時間 13:00～15:00		
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 池田法律事務所 池田さん		参加費 無料 持ち物:筆記用具、お持ちの方はエンディングノート (お持ちでない方は無料でお渡しします)		対象・定員 16人(当日先着順)
		電話 72-3558 FAX — Eメール —		
No. 9 ふまねっと健康教室				
内容 大きな網を踏まずにゆっくり歩く運動です。				
開催日 10/13(木)・27(木)		時間 10:30～12:00		
会場 学び交流センター(花川北3・3)		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 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 74-7160 FAX — Eメール —		
No. 10 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 10/13(木)～15(土)		時間 9:30～11:00		
会場 リサイクルプラザ(新港南1・22)		申込期間 10/1(土)9時～		
申込み/問合せ リサイクルプラザ(新港南1・22) ※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 — 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 はまなすセミナー ハマナスオイルでベビーマッサージ					
内容	ハマナスの香りが持っているリラックス効果で、赤ちゃんと一緒に安らぎのひと時をすごしましょう。 託児室あり、上のお子さん同伴可				
開催日	10/15(土)	時間	①10時30分～ ②13時30分～ 各90分		
会場	市民図書館(花川北7・1)	申込期間	～10/13(木)		
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター ※火曜休館	参加費	1人500円 持ち物:バスタオル		
		対象・定員	0～1歳児と保護者 各10組(申込順)		
電話	60-6107	FAX	60-6146	Eメール	—
No. 12 庭木剪定講習会					
内容	—				
開催日	10/15(土) ※少雨決行、荒天時延期あり	時間	10:00～12:00		
会場	9時50分に紅葉山公園管理棟前(花川北2・3)	申込期間	—		
問合せ	石狩総合管理協同組合	参加費	無料 持ち物:剪定ばさみ、ノコ、軍手、帽子、汚れてもいい服装		
		対象・定員	30人		
電話	76-2233	FAX	—	Eメール	—
No. 13 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	10/16(日)	時間	9:00～12:00		
会場	石狩消防署(花川北1・1)	申込期間	事前に申込 ※当日受付不可		
申込み/ 問合せ	石狩消防署警防課	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	—	Eメール	—
No. 14 野外講座 石狩ビーチコーマーズ/秋の海辺の漂着物					
内容	秋の石狩浜には南の海からの漂着物がやってきます。それらを観察・採集し、その正体や起源をみんなで考えます。				
開催日	10/16(日)	時間	9:00～13:00		
会場	いしかり砂丘の風資料館、石狩浜 ※砂浜を約3km歩きます	申込期間	10/1(土)～14(金)		
申込み/ 問合せ	いしかり砂丘の風資料館	参加費	無料 持ち物:長靴、帽子、ビニール袋など		
		対象・定員	小学4年生～大人(小学生は保護者同伴) 20人(申込順)		
電話	62-3711	FAX	—	Eメール	—

- ◆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
- オシドリ サポーターヒロミの自然シリーズ
 厚田ふるさと平和・文学賞設立記念シンポジウム
 いけませ夏フェスinいしかりパート2～スタンプラリー～
 ※9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

～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

No. 15	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が分かりやすくお話しします ※上のお子さんの託児希望の方は要相談				
開催日	10/17(月)	時間	10:30～11:30		
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期間	～10/14(金)		
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	無料 持ち物: 母子手帳、おむつなど普段出かけるときの持ち物、離乳食用スプーン		
		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. 16	第6回「はまなすの丘公園」初心者観察会				
内容	いしかり海辺ファンクラブの会員がはまなすの丘公園を案内します。晩秋に観察できる植物を学びます。				
開催日	10/17(月)	時間	10:30～1時間程度		
会場	はまなすの丘公園ビジターセンター駐車場(浜町29・1)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	いしかり海辺ファンクラブ	参加費	無料 持ち物: 飲み物、歩きやすい服装		
		対象・定員	—		
電話	090-1388-4400	FAX	—	Eメール	—
No. 17	自然エネルギーの真実－大型風車は安全か？				
内容	あまり語られない自然エネルギーのデメリット。賢いエネルギーの消費者になりましょう。				
開催日	10/18(火)	時間	18:30～20:30		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	—		
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)		
		対象・定員	—		
電話	74-6196	FAX	—	Eメール	—
No. 18	ウォー9の日イベント 錦秋ウォーク				
内容	秋の景色を楽しみながらふれあいの杜公園から前田森林公園までの往復約8kmをウォーキングします。				
開催日	10/19(水)※雨天中止	時間	10:00～12:00		
会場	(集合場所)ふれあいの杜公園(樽川4・1)	申込期間	申込不要、当日直接会場へ		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物: 歩きやすい靴・服装、飲み物、タオル、帽子、ポイントカード ※ポイントカードが無い方は、受け付け時に交付します		
		対象・定員	—		
電話	72-6123	FAX	—	Eメール	—

内科 ・ 消化器内科 ・ 循環器内科
 外科 ・ 肛門科 ・ 整形外科 ・ 泌尿器科
 人工透析 各種健康診断
 医療法人社団ピエタ会
石狩病院
 石狩市花川北3条3丁目13番地
 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. 19	お父さんの体操サロン				
内容	エクササイズ用バンドを利用して筋力アップなど、心身ともにリフレッシュしましょう。				
開催日	10/20(木)	時間	10:00～11:30		
会場	紅南会館(花川北1・5)	申込期間	～10/17(月)		
申込み/ 問合せ	楽々レクリエーション杏の会		参加費	500円	
			対象・定員	—	
電話	74-6196	FAX	74-6198	Eメール	—
No. 20	石狩市安心して高齢期を迎えるための市民講演会 石狩市市制施行20周年記念事業				
内容	<p>「突撃！じっちゃんとかばちゃん認知症レポート」～認知症の方と家族を支える活動紹介～もしも自分が、家族が、お隣さんが認知症になったらどうしよう？そう考えたことはありませんか？</p> <p>石狩市には認知症になっても住みなれた地域で暮らし続けられるように、さまざまなサービスがあります。今回は認知症についての講義のほか、劇団「フォーかつ」の演者が実際に市内の認知症に関するサービスなどを取材した内容を上映します。相談窓口である地域包括支援センターの紹介もあり、知っておけばいざという時に安心です。わかりやすく説明しますので、皆さんでぜひご参加ください。</p> <p>※厚田・浜益からはバスが出ます。※手話通訳あり</p>				
開催日	10/22(土)	時間	10:00～12:00		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期間	申込不要、当日参加自由		
問合せ	高齢者支援課		参加費	無料	
			対象・定員	350人	
電話	72-7017	FAX	—	Eメール	—
No. 21	図書館講座 能登と北海道の関わり「北前船」について				
内容	講師：川端 一人氏(黒島地区まちなみ保存会会長)				
開催日	10/23(日)	時間	14:00～15:30		
会場	市民図書館(花川北7・1)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	市民図書館(花川北7・1)		参加費	無料	
			対象・定員	—	
電話	72-2000	FAX	—	Eメール	—



さくらインターネットは、石狩市を応援しています!

趣味のブログやホームページを作るなら

さくらインターネット

www.sakura.ad.jp



石狩データセンター

No. 22 石狩市健康づくりフェスタ2016『今より「+10」体を動かそう!』				
内容	<p>●ラダーウォーク 10/28(金)10:00～11:30 要申込:30人(申込順) 脚力はもちろん、脳の活性化、反射神経が鍛えられます。 講師:石狩市総合型地域スポーツクラブアクト 林 真弘氏</p> <p>●丹田(たんでん)エクササイズ 10/28(金)15:00～16:00 要申込:30人(申込順) 簡単な動きで腰痛・肩こり・膝痛などの原因となる体のゆがみを改善します。 講師:神対処療法研究所 所長 神 誉正氏</p> <p>●ラジオ体操講習会(指導員養成講習会) 10/29(土)9:30～12:00 要申込:70人(申込順) ラジオやテレビでおなじみの岡本美佳先生のアシスタントの原川愛さんによるラジオ体操講習会です。 ラジオ体操第1・第2・みんなの体操について、丁寧にポイントを確認していきます。今まで感じた以上に、心身のコンディションに効果があることを実感できます。 希望者はラジオ体操指導員の資格を取得することができます(登録料2,000円) 講師:NHKラジオ体操講師</p> <p>●姿勢の大切さ講座 10/29(土)13:30～15:00 要申込:幼児～高校生の親子(祖父母も可) 15組(申込順) アライメント(各関節や骨の並び方、配列)を整えパフォーマンスアップを目指しましょう。 講師:石狩市総合型スポーツクラブアクト 伊藤 真之助氏</p>			
	開催日	10/28(金)・29(土)	時間 ※内容 参照	
	会場	りんくる(花川北6・1) ※10/29(土)「ラジオ体操講習会」のみ花川北 コミセン(花川北3・2)	申込期間	—
	申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	無料 持ち物:上靴、タオル、飲み物
		対象・定員	※内容 参照	
電話	72-6124 FAX —	Eメール	—	
No. 23 体験講座 縄文の川とくらしをジオラマで作ろう				
内容	石狩紅葉山49号遺跡の出土品を観察し、縄文文化の川辺のくらしの風景をジオラマで作ります。参加者全員で一つのジオラマを完成させ、いしかり砂丘の風資料館で開催中のテーマ展に展示する予定です。			
開催日	10/29(土)	時間	10:00～15:00	
会場	いしかり砂丘の風資料館(弁天町30・4)	申込期間	10/1(土)～20(木)	
申込み/ 問合せ	いしかり砂丘の風資料館	参加費	無料 持ち物:エプロン、汚れてもよいタオル、昼食、飲み物	
		対象・定員	小学4年生～大人(小学生は保護者同伴) 10人(申込順)	
電話	62-3711 FAX —	Eメール	—	
No. 24 男女共同参画ワークショップ				
内容	「みんなでつくる石狩市の男女共同参画」 希望するライフスタイルを実現するため、ワーク・ライフ・バランスの意義と現状を理解し、女性も男性も誰もが生き生きと過ごすことができる方法について考えます。 この事業は公益財団法人北海道市町村振興協会の助成を受けて実施しています。			
開催日	10/30(日)	時間	13:00～16:00	
会場	花川南コミセン(花川南6・5)	申込期間	～10/21(金)	
申込み/ 問合せ	広聴・市民生活課	参加費	無料 ※託児は先着5名まで	
		対象・定員	一般 50人	
電話	72-3191 FAX 72-3199	Eメール	seikatsu@city.ishikari.hokkaido.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する ～

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

11月以降開催の連携講座

No. 1	初心者スポーツ教室 弓道				
内容	—				
開催日	11/1～H29/4/25までの毎週火曜	時間	19:30～21:30		
会場	サン・ビレッジいしかり(新港中央1・701)	申込期間	—		
申込み/問合せ	石狩市弓道連盟 瀬戸さん	参加費	月2,000円 ※別途入館料		
		対象・定員	中学生～60歳 10人(申込順)		
電話	73-1351	FAX	—	Eメール	—
No. 2	講演会 縄文のくらしと石器—石狩紅葉山49号遺跡出土の石器使用痕分析からわかること— 石狩市市制施行20周年記念事業				
内容	石狩紅葉山49号遺跡から出土した縄文時代の石器について、顕微鏡を用いた調査成果からお話いただきます。 講師:北海道大学大学院准教授 高瀬克範氏				
開催日	11/3(木・祝)	時間	14:00～15:30		
会場	市民図書館(花川北7・1)	申込期間	10/1(土)～26(水)		
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・30人(申込順)		
電話	62-3711	FAX	—	Eメール	—
No. 3	石狩消費者協会 秋の見学会				
内容	防災に関する知識を習得し、日常の備えに役立てるための見学会(バス移動)				
開催日	11/4(金)	時間	8:45～16:00		
会場	集合場所:8:45までに石狩市役所来客用駐車場 見学先:千歳市防災学習交流センターそなえー る ほか	申込期間	～10/24(月)		
申込み/問合せ	石狩消費者協会 ※平日10時～15時	参加費	2,500円、会員2,000円		
		対象・定員	40人		
電話	72-2432	FAX	—	Eメール	—
No. 4	水上安全法講習会				
内容	水の事故防止、監視要領、救助法を学びます。				
開催日	11/6(日)	時間	10:00～12:00		
会場	市民プール(花川北3・2)	申込期間	～10/27(木) ※印鑑を持参し申し込み(電話受付不可)		
申込み/問合せ	市民プール(花川北3・2)	参加費	入館料のみ 持ち物:水着、キャップ、タオル		
		対象・定員	高校生以上		
電話	74-6611	FAX	—	Eメール	—

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

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。