

# 「あい風通信 ~お知らせ版~」

(令和8年1月号)



問合せ：いしかり市民カレッジ運営委員会事務局 TEL0133-74-2249

## 令和7年度主催講座

No. 1	いしかり市民カレッジ 主催講座13「遺跡を通して知る石狩のむかし」			
内 容	石狩市の遺跡について総括的な講座として開催します。 これまで石狩市内で発掘調査された遺跡を中心に、この地域に人々が暮らし始めてからの歴史・文化をひもときます。 また、他の地域との関わりや、金根の新たな研究成果にも触れます。 ①石狩の縄文文化:はじめから続縄文文化へ ②石狩の続縄文・擦文文化:弥生～平安期ころ 講師:荒山 千恵 氏(いしかり砂丘の風資料館 学芸員)			
開催日	①2/25(水)、②3/4(水)		時 間	①②13:30～15:00
会 場	石狩市花川北コミュニティセンター(花川北3-2)		申込期限	2/11(水)電話、FAX及びホームページよりお申ください
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局(社会教育課内) 平日9:00～17:00		参加費	参加費／カレッジ生 500円、一般 700円
電 話	0133・74・2249	FAX	0133・74・2249	HP:URL <a href="http://ishikari-c-college.com/">http://ishikari-c-college.com/</a>

### ●スポーツ協会「スポレク出前講座」も市民カレッジの連携講座です。

スポーツ協会職員を派遣して、市民の皆さんとの健康体力づくりやコミュニケーションを深めるお手伝いをします。

- ◆対象 市内在住・在勤・在学する概ね10人以上の団体
- ◆日時 原則平日の10時～17時 ※土日要相談 1回の指導時間は2時間以内
- ◆場所 申請者が確保した会場
- ◆内容 スポーツ・レクリエーション、体育実技、フィットネス、ダンスなど
- ◆費用 1時間2,000円 ※内容や人数により3,000円 また、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 所定の申込書を開催希望日の6ヶ月前から20日前までに提出または、HPから申込フォームの送信(ファクス・メール可)
- ◆申込・問合せ (公財)石狩市スポーツ協会 電話:64-1220 FAX:64-1222 Eメール:i-sports@crocus.ocn.ne.jp

### ◆えりすいしかりネットテレビ番組

- ※月末アップ分含む ➡➡➡
- 1.親子餅つき会 認定こども園くるみ保育園
  - 2.石狩市議会 議場コンサート



※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

## 1月開催の連携講座



※受講希望の方は、各団体へ直接お申込みください！

No. 1	ふまねっと健康教室			
内 容	網を踏まない、ステップを覚える、手拍子を加える複数の課題を同時にい、楽しく交流できる学習運動です。			
開催日	1/8(木)、1/22(木)		時 間	10:30～12:00
会 場	石狩市学び交流センター(花川北3-3)		申込方法	—
申込み/ 問合せ	ふまねっとはまなす 大瀬さん		参加費	月2回 500円 持ち物:底の平らな上靴
電 話	090-6990-1782	FAX	—	対象・定員 —
<b>No. 2 ①普通救命講習 I ②普通救命講習 II ③普通救命講習 I</b>				
内 容	①③成人に対する応急手当の知識と技術(心肺蘇生法、AEDの使用法、止血法など) ②①に加え効果測定1時間			
開催日	①1/13(火)、②1/13(火)、③1/22(木)		時 間	①9:00～12:00、②9:00～13:00、③18:00～21:00
会 場	①②石狩商工会館、③花川北コミュニティセンター		申込期限	1/7(水)までに電話申込のうえに申請書提出 ※当日受付不可
申込み/ 問合せ	(一財)石狩市防災まちづくり協会		参加費	無料 持ち物:動きやすい服装、筆記用具
電 話	0133-77-6217	FAX	—	対象・定員 ①②小学5年生以上の市民または市内勤務者 ③16歳以上の市民または市内勤務者・各10人

No. 3	<b>第10回いしかりウォークの日イベント「ラダーウォーク講習会」</b>				
内 容	はしご状のラダーを使い、バランスや足腰のトレーニングを行います。 脳の活性化も期待できます！ 講師:Veitu石狩 代表 寺島 聖人 氏				
開催日	1/19(月)		時 間	10:00～12:00	
会 場	りんくる 3F 視聴覚室		申込方法	1/5(月)から1/14(水)まで スポーツ健康課へ電話申込	
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課			参加費	無料 持ち物:飲み物、タオル、ポイントカード、上靴 ※ポイントカードでない方は受付時に交付します
	対象・定員	市民又は郊外の方・20人(申込順)			
電 話	0133・72・6123	FAX	—	Eメール	—
No. 4	<b>手芸講座 人形製作(お雛さま・お内裏さま 20cm×10cm×10cm)</b>				
内 容	古着・古布を活用して手芸品を作りましょう。 講師:リサイクルプラザスタッフ				
開催日	1/22(木)		時 間	9:00～12:00	
会 場	石狩市新港南1丁目22-63		申込期間	1/5(月)9:00～ 電話受付	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※土曜・日曜休館			参加費	600円
	対象・定員	石狩市民・5人(申し込み順)			
電 話	0133・64・3196	FAX	—	Eメール	—
No. 5	<b>連続講座「石狩大学博物学部」</b>				
内 容	石狩の自然や歴史の最新トピックを学芸員が紹介します。全4科目を開講、1科目だけの受講もOK。 ①1/24 I.石狩考古学 「紅葉山33号遺跡出土の漆塗り弓(文様入り)」 II.石狩歴史学 「石狩の古地図(2)」 ②2/7 III.石狩民俗学 「石狩市内の宗教施設③:浜益地域の神社分布」 IV.石狩海辺学 「石狩湾“寄り鯨”論」				
	①1/24(土)、②2/7(土)		時 間	①②13:00～15:00(12:30より受付)	
会 場	花川北コミュニティセンター 会議室A-C		申込期限	1/5(月)から各前日まで 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	0133・62・3711	FAX	—	Eメール	—
No. 6	<b>貯筋運動講習会</b>				
内 容	「筋肉を貯める」筋力トレーニング。衰えやすい下半身を中心に、自分でも簡単にできる貯筋運動を紹介します。 講師:Veitu石狩 代表 寺島 聖人 氏				
開催日	1/29(木)、2/5(木)、2/13(金)、2/26(木)全4回		時 間	10:00～11:30	
会 場	りんくる 2F 交流活動室		申込期間	1/5(月)～1/19(月)まで 電話申込	
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、飲み物
	対象・定員	市民又は郊外の方・20人(申込順)全4回参加できる方			
電 話	0133・72・6123	FAX	—	Eメール	—
No. 7	<b>大人のプレミアム食育講座(個人向け)減塩のカギ 給食のだしを味わおう</b>				
内 容	給食センターの紹介、食育講話、給食試食 講師:市栄養士				
開催日	1/30(金)		時 間	10:30～12:00	
会 場	石狩市学校給食センター(花川北7条1丁目27番地)		申込期間	1/15(木)まで 電話・FAX・Eメール申込	
申込み/ 問合せ	教育委員会学校教育部学校給食センター ※5名以上のグループ・団体の方は別日程で実施可能。 希望の方はご連絡ください。			参加費	422円(試食代として) ※27日(火)以降の取消しは給食試食代がかかります 持ち物:筆記用具
	対象・定員	先着20名程度			
電 話	0133・62・8015	FAX	0133・72・2223	Eメール	kyuuusyoku@city.ishikari.hokkaido.jp

## 2月開催の連携講座



※受講希望の方は、各団体へ直接お申込みください！

No. 1	第6回ウインターチャレンジ事業 スノートレッキング			
内 容	道の駅石狩「あいいろ一ど厚田」周辺約3kmをスノーシューで散策 ※荒天中止 ※天候やコース状況により場所や時間が変動する場合があります。			
開催日	2/1(日)	時 間	受付 バス移動 スタート ゴール バス移動 解散	8:00～8:15 8:20～9:20(厚田道の駅へ) 9:45 11:00 11:30～12:30(石狩市B&G海洋センターへ) 12:30 ※時間は変動する場合があります。
会 場	道の駅石狩「あいいろ一ど厚田」周辺 (集合場所:石狩市B&G海洋センター) ※石狩市B&G海洋センターより無料送迎バスで現地へ 移動します。	申込期限	1/16(金)まで 電話または協会HP「お申込みフォーム」から	
申込み/ 問合せ	公益財団法人 石狩市スポーツ協会	参加費	1人1,000円(中学生以下無料) 持ち物:外で運動のできる暖かい服装、飲み物など ※スノーシューの無料レンタルがあります(個数限りあり)	
電 話	0133・64・1220	FAX	0133・64・1222	Eメール i-sports@crocus.ocn.ne.jp
No. 2	いしかり生き物かけはし座談会			
内 容	石狩で生き物について調べている人がいます。今日はその人にどんなことをしているか聞いてみましょう。今回のテーマは「エゾシカ」です。昔より身近になったエゾシカについて聞いてみましょう。			
開催日	2/1(日)	時 間	10:00～12:15	
会 場	石狩市民図書館視聴覚ホール	申込期間	1/28(水)まで QRから応募フォームで申込	
問合せ	自然保護課	参加費	無料	
電 話	0133・72・3269	FAX	—	Eメール どなたでも・30人(申し込み順)
				

石狩はまなす墓苑の永代管理墓

**4つのタイプの永代管理墓でどなたにも安心とやすらぎを**

永代使用料 88万円	永代使用料 58万円	永代使用料 27万円	永代使用料 12万円

お墓・永代墓・樹木葬・ペット  
選べるご供養のカタチ

石狩はまなす墓苑  
[募集代行・墓石施工販売] 有限公司 三愛  
石狩市八幡2丁目343番地  
**0133-66-4242**

一般電気工事設計施工・家電販売修理・防犯カメラ  
設計施工・各種融雪工事設計施工・冷暖房工事設計  
施工・家事代行



(0133)74-3537 ☎ 061-3216  
FAX(0133)73-5669 石狩市花川北6条1丁目37番地1

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**  
よろしくお願ひいたします。

特別養護老人ホーム  
ばんなくろ  
児童デイサービス  
ケアハウス  
いしかり

手稲方面

中央バス  
花川北3-1バス停駅  
花川北コミュニティーセンター  
花川北郵便局  
北洋銀行  
北海道銀行  
コープさっぽろいしかり店

特別養護老人ホーム  
ひとり  
ホクレン G.S.  
道々石狩手稲線  
市立花川中学校  
市立双葉小学校

石狩市  
スポーツ広場

デイサービス  
こども  
高齢者  
ばんなくろ  
瓊瑠璃会  
ケアハウス  
いしかり  
特別養護老人ホーム  
ひとり

0歳から100歳まで、世代を超えて「ごちゃませ」  
自分らしく ほっとできる場所

**社会福祉法人瓊瑠璃会**  
〒061-3218 石狩市花畔360番地26 電話(0133)76-1133



■ 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

～私達は えりすテレビの応援団です～  
**えりすいしかし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

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)

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～  
いしかしり市民力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。いしかし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  
毎月発行の「あい風通信～お知らせ版～」に1年間広告を掲載します。