

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（平成31年3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

3月開催の連携講座



No. 1 石狩スキースクール					
内容	① 検定会前講習会 3/2(土)・3(日)・16(土)・17(日) 対象:ジュニア1～6級、SAJ1～3級受検者 ② 事前講習会 3/9(土)・28(木) 対象:ジュニア1～6級、SAJ1～3級受検者 ③ 検定会 3/10(日)・29(金) 対象:ジュニア1～6級、SAJ1～3級受検者 ④ 春休みスキー教室 3/26(火)～30(土)の5日間 対象:小学生以上 小・中・高校生34,400円(会員33,470円)、一般40,850円(会員38,870円) 共通事項 ①②③バス運行あり(料金別途)、昼食各自 ④リフト・レッスン・保険・バス代・昼食付き・ジュニア検定料無料 ※①②④のみ学びのスタンプ対象				
開催日	内容欄参照		時間	—	
会場	サッポロテイネ ハイランドゾーン (札幌市手稲区手稲本町)		申込期限	①②③各コース開催日の1週間前 ④3/8(金)	
申込み/ 問合せ	NPO法人石狩スポーツクラブ		参加費	受講料は受検級によって異なります。お問い合わせください	
			対象・定員	—	
電話	090-9084-3941	FAX	—	Eメール	—
No. 2 土曜日アクタイム ～どなたでも気軽にスポーツができる場～					
内容	①バドミントン・3A(スリーエイ) ②卓球・3A(スリーエイ) ※ラケットの貸し出し可 講師:倉 利隆コーチ				
開催日	①3/2(土) ②3/16(土)		時間	10:00～11:00	
会場	りんくる(石狩市花川北6・1)		申込方法	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	持ち物:上靴・タオル・飲み物	
			対象・定員	ACT会員:300円 非会員:500円	
電話	62-8162	FAX	—	Eメール	—
No. 3 きむら果樹園でくだもの講座 「剪定と休眠期の栽培技術」					
内容	果樹の剪定と休眠期の栽培技術についての学習会。 ※市役所からバス送迎あり 講師:きむら果樹園 木村 武彦氏				
開催日	3/6(水)※荒天中止		時間	8:30～13:00(8:30に市役所出発)	
会場	市役所→きむら果樹園(浜益区幌)→市役所		申込期間	2/25(月)～3/4(月)	
申込み/ 問合せ	いしかり食と農のカレッジ運営委員会事務局 (農政課内)		参加費	500円 持ち物:筆記用具、防寒具(屋外講座のため)	
			対象・定員	果樹栽培に興味のある方 20人(申込順)	
電話	72-3164	FAX	72-3540	Eメール	—
No. 4 石狩病院 市民公開講座					
内容	①困ってませんか? お便の事 ②たかが便秘されど便秘 講師:①看護師 島山 誠氏(皮膚・排泄ケア認定看護師) ②副院長 合田 峰千氏(消化器病専門医)				
開催日	3/9(土)		時間	14:00～15:00 ※会場へのご案内は13:45～	
会場	石狩病院(花川北3・3)		申込方法	申込不要	
申込み/ 問合せ	石狩病院		参加費	無料	
			対象・定員	健康に関心のある石狩市民・36名	
電話	74-8611	FAX	74-8614	Eメール	info@ishikari-hosp.ecnet.jp

No. 5 ふまねっと健康教室				
内容	床に敷いた50cm四方のマス目でできた大きな網を、踏まないようにゆっくりまたぎ越す歩行運動です。運動が苦手な人でも大丈夫！			
開催日	3/14(木)・28(木)	時間	10:30～12:00	
会場	学び交流センター(花川北3・3)	申込方法	申込不要	
申込み/問合せ	ふまねっとはまなす 椙下(すぎした)さん		参加費	月2回500円(1回のみ参加、見学可) 持ち物:底の平らな上靴
			対象・定員	—
電話	74-4131	FAX	—	Eメール
No. 6 ながら体操講習会				
内容	掃除や洗い物など「〇〇しながら」運動を行うのが「ながら体操」です。普段の動きにひと工夫するだけなので、無理なく続けられます。希望日を選んでお申し込みください。講師:studio AWAKE! 主宰 杉本 季依美氏			
開催日	①3/15(金) ②3/25(月)	時間	9:30～11:00	
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)	申込期限	3/8(金)	
申込み/問合せ	スポーツ健康課		参加費	無料 持ち物:上靴、飲み物、タオル
			対象・定員	各30人(申込順)
電話	72-6123	FAX	—	Eメール
No. 7 ウオー9の日イベント ひよりウオーク				
内容	りんくるから茨戸橋まで往復約4.5kmをウオーキングします。			
開催日	3/19(火)※荒天中止	時間	10:00～12:00	
会場	集合場所:りんくる(花川北6・1)	申込方法	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、帽子、手袋、暖かい服装、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
			対象・定員	—
電話	72-6123	FAX	—	Eメール
No. 8 大人から乳幼児期の子どもに伝える性の先取りレッスン				
内容	子どもに伝える「性」や「いのち」について、いつからどのように始めるかなど、助産師さんのお話から正しい知識を学びましょう。講師:朋佑会札幌産科婦人科 助産師 前田 奈穂子氏			
開催日	3/19(火)	時間	10:00～11:00	
会場	地域子育て支援センター こあらくらぶ (八幡1・433)	申込期限	3/12(火)	
申込み/問合せ	地域子育て支援センター こあらくらぶ / 保健推進課		参加費	—
			対象・定員	15人(乳幼児と一緒に参加可)
電話	66-4500	FAX	—	Eメール
No. 9 寿窯陶芸教室				
内容	見学会 3/19(火)・20(水)10:00～15:00 3/21(木・祝)・22(金)10:00～12:00 説明会・作陶を5/9(木)13時～りんくる陶芸室で実施。事前申し込みの上、必ず出席してください			
開催日	毎月第1・第3の木曜、金曜 ※5月は第2・第4の木・金曜	時間	13:00～15:00	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	4/12(金) 17:00までに電話または窓口	
申込み/問合せ	市社会福祉協議会総務課 (花川北6・1 りんくる内)		参加費	材料費など約2,500円/月
			対象・定員	市内在住の60歳以上の方 10人程度 ※申込多数時抽選
電話	72-8181	FAX	—	Eメール

No. 10	① 普通救命講習Ⅰ ②普通救命講習Ⅲ				
内容	① 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・止血方法など) ② 乳幼児に対する応急手当(心肺蘇生法、AEDの使用、気道異物の除去など)				
開催日	① 3/25(月) ② 3/22(金)	時間	①18:00～21:00 ②9:00～12:00		
会場	① 石狩商工会館(花川北6・1) ②花川北コミセン(花川北3・2)	申込方法	3/19(火)までに電話し、申請書を提出 ※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		
		対象・定員	小学校5年以上の市民または市内勤務者 各20名 ※①は16歳以上		
電話	77-6217	FAX	—		
Eメール	—				
No. 11	第14回 草花を楽しむ講習会				
内容	『挿し芽・挿し枝を体験してみよう!』講師:小林花園 代表 小林 孝和氏 ※作成したポットは持ち帰り可				
開催日	3/23(土)	時間	10:00 ~ 12:00		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期限	3/15(金)		
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(当日集金)		
		対象・定員	30人(申込順)		
電話	72-3139	FAX	—		
Eメール	—				
No. 12	知ってる? 石狩遺産! やってみる? 遺産検定!				
内容	昨年、第8号まで認定された石狩遺産から厳選3件のミニ講座を聴いて、石狩遺産検定にチャレンジしませんか?				
開催日	3/23(土)	時間	13:30～15:00		
会場	市民図書館(花川北7・1)	申込期間	3/1(金)～20(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	40人(申込順)		
電話	62-3711	FAX	—		
Eメール	—				
No. 13	学習会「たいじょうぶ? 洋上風力発電～あっと驚くヨーロッパとの比較～」				
内容	石狩湾新港をはじめ全国で洋上風力発電が計画されています。健康や景観に配慮した先進地ヨーロッパと比較し、その違いについて学びます。講師:石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表 安田秀子氏				
開催日	3/24(日)	時間	13:30～15:30		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込方法	申込不要		
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(資料代ほか)		
		対象・定員	—		
電話	090-6211-1602	FAX	—		
Eメール	—				
No. 14	LET'S 歯みがき!				
内容	歯みがき・仕上げみがきが自己流になっていませんか?親子のふれあいを歯みがきから! 講師:歯科衛生士 金山 優子氏				
開催日	3/27(水)	時間	10:30～11:30		
会場	地域子育て支援センターもくば(花川南9・4)	申込期間	3/1(金)～20(水)		
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	無料 持ち物:自宅で使っている子ども用歯ブラシ、ハンカチ、タオル		
		対象・定員	乳幼児と保護者 15組		
電話	72-3124	FAX	—		
Eメール	—				
No. 15	お口の健康教室				
内容	お口の正しい手入れ方法、歯垢染め出しなど。希望者は教室終了後、歯科衛生士による個別指導も受けられます(申込時要予約)。				
開催日	3/28(木)	時間	10:00～11:00		
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	3/20(水)		
申込み/ 問合せ	高齢者支援課 地域ケア・介護予防担当	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		
電話	72-7017	FAX	—		
Eメール	—				

No. 16	昔ばなシアターin厚田				
内容	翌日に厚田小学校で公演を行う「オープンガク堂café」メンバーと、地域おこし協力隊の今野さんによる、昔話と童謡を味わう体験ワークショップです。講師:オープンガク堂café 代表 左藤 慶氏				
開催日	3/29(金)	時間	14:00～16:00		
会場	あいかぜとしょかん(厚田109・2 厚田小学校内)	申込期限	3/29(金)13:30		
申込み/ 問合せ	厚田区地域おこし協力隊 今野さん	参加費	無料		
		対象・定員	30人(申込順)		
電話	090-9529-1581	FAX	—	Eメール	hirrrro0313@gmail.com

- ◆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
- 石狩を舞台に活躍するNPO法人エゾロックが内閣総理大臣賞『未来をつくる若者・オブ・ザ・イヤー』を受賞！
 平成31年石狩市成人式 平和の灯2019
 いしかり博物誌160 白磁徳利・古代鮭漁遺跡・鮭恵比須 広報いしかり3月号P8掲載 映像版
 ※2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

●**体育協会「スポレク出前講座」も市民カレッジの連携講座です。**

体育協会職員を派遣して、市民の皆さんの健康体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、フィットネス、ダンスなど
- ◆費用 1時間1,000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 電話:64-1220 FAX:64-1222 Eメール:i-sports@crocus.ocn.ne.jp

●**「まちづくり出前講座」も市民カレッジの連携講座です。**

◆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 Tel.72-3173

4月開催の連携講座



No. 1 大人の水泳教室(4・5月実施分)				
内容	ナイト大人水中運動コース 4/4(木)～5/30(木)の毎週木曜(5/2を除く)(全8回) 19:30～20:30 6,560円 大人クロール呼吸マスターコース(25m完泳目標) 4/3(水)～24(水)の毎週水曜(全4回) 9:30～10:30 3,280円			
開催日	内容欄参照	時間	内容欄参照	
会場	市民プール(花川北3・2)	申込方法	3/1(金)～26(火)に費用・印鑑を持参	
申込み/ 問合せ	市民プール	参加費	内容欄参照	
		対象・定員	各10人(申込順、最少開講人数 各3人)	
電話	74-6611	FAX	—	Eメール
No. 2 初級手話講習会				
内容	—			
開催日	4/16～12/17毎週火曜 全33回 ※4/30、8/13、10/22を除く	時間	13:30～15:30	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	3/29(金)	
申込み/ 問合せ	障がい福祉課	参加費	テキスト代3,240円(税込)	
		対象・定員	市民に在住・在勤・通学し、手話に興味があり全ての回を受講できる方 20人 (申込多数時抽選、最少開催人数10人)	
電話	72-3194	FAX	—	Eメール
No. 3 石狩市シニアプラザ「はまなす学園」				
内容	午前:健康、教養、医療などの講座 午後:クラブ活動			
開催日	4/23(火)～翌年2/3(月)の月2回程度 (主に第1・3月曜)、年16回	時間	—	
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期限	3/29(金) 17:00	
申込み/ 問合せ	石狩市公民館	参加費	5,800円程度(前・後期合計)	
		対象・定員	60歳以上の市民で1年間継続可能な方 70人(申込多数時抽選、新規優先)	
電話	74-2249	FAX	—	Eメール

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。