

# 「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4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 主催講座1「誰も知らない石狩海岸の素晴らしさ」					
内容	① 全国的にも貴重な石狩海岸を知っていますか？ 講師：北海道大学大学院農学研究院花卉・緑地計画学研究室講師 松島 肇 ② 海浜植物の特徴と保護の流れ 講師：元石狩浜海浜植物保護センター技師 内藤 華子 ③ 海浜植物を知ろう！ 講師：石狩浜定期観察の会代表 安田 秀子				
開催日	5/11(土)・24(金)・31(金)	時間	①②13:30～15:00 ③9:00～12:30		
会場	①② 花川北コミセン(花川北3・2) ③ フィールドワーク 市公民館 集合(花川北6・1)	申込期限	4/26(金)		
申込み/問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会(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	①②なし ③40人(申込多数時カレッジ生優先の抽選)		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 2 主催講座2「アイヌと縄文」					
内容	アイヌの人びとは本州や大陸と活発な交流を繰り返した。この交易の民としてのアイヌの歴史と縄文人や縄文文化との関係について学びます。 講師：札幌大学教授、前旭川市博物館館長 瀬川 拓郎 ① アイヌとはどのような人々か ② アイヌと縄文				
開催日	5/20、6/3 ※全て月曜	時間	①②10:30～12:00		
会場	花川北コミセン(花川北3・2)	申込期限	5/7(火)		
申込み/問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会(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	—		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

### まちの先生企画講座

No. 1 まちの先生企画講座1「大人のための絵本セラピー」					
内容	自分をもっと好きになる大人のための絵本セラピー。絵本を使った大人のためのワークショップです。 講師：絵本セラピスト協会認定絵本セラピスト 田中 美代子 氏 ①最初の質問 ②いろいろな色 ③あいうえお				
開催日	5/27、6/24、7/8 ※全て月曜	時間	10:30～12:00		
会場	市公民館(花川北6・1)	申込期限	5/13(月)		
申込み/問合せ	いしかり市民カレッジ運営委員会(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) ※各回ごとの受講も可		
		対象・定員	各20人(最少催行人数10人・申込多数時カレッジ生優先の抽選)		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

# 4月開催の連携講座



<b>No. 1 包丁とぎ講座</b>				
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	4/4(木)・5(金)・6(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	4/2(火) 9:00～	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※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	—	
<b>No. 2 ヨガ教室～ハタ・ヨガ～</b>				
内容	前屈、反り、側屈、バランス、ひねりなど多様なポーズを組み入れ、意識を集中させ、気持ちよい汗を流します。 講師:①岸本 亜弥子 氏 ②石川 可愛 氏			
開催日	4/9～2020/3/24 毎週火曜	時間	①10:00～11:00 ②19:45～20:45	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	随時受付	
申込み/ 問合せ	(公財)石狩市体育協会	参加費	年6,000円(別途入館料1回100円) 持ち物:飲み物、タオル、動きやすい服装	
		対象・定員	市内在住・在勤者 各80人(申込順)	
電話	64-1220	FAX	—	
		Eメール	—	
<b>No. 3 フレッシュスポーツ教室～簡単ピラティス～</b>				
内容	ピラティス特有の呼吸法を用いて主にマットの上で行うエクササイズです。コア(体幹部)を鍛え、身体の歪みを正常な状態に戻す手助けをします。講師:①岸本 亜弥子 氏 ②工藤 綾 氏			
開催日	①4/11～2020/3/26 毎週木曜 ②4/9～2020/3/24 毎週火曜	時間	①10:00～11:00 ②18:30～19:30	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	随時受付	
申込み/ 問合せ	(公財)石狩市体育協会	参加費	年6,000円(別途入館料1回100円) 持ち物:飲み物、タオル、動きやすい服装	
		対象・定員	市内在住・在勤者 各100人(申込順)	
電話	64-1220	FAX	—	
		Eメール	—	
<b>No. 4 廃材木工講座 花台2個(折りたたみ椅子型・三輪車型)</b>				
内容	—			
開催日	4/11(木)	時間	9:30～12:00	
会場	リサイクルプラザ(新港南1・22)	申込期間	4/2(火) 9:00～	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	1,000円	
		対象・定員	5人(申込順)	
電話	64-3196	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～

●○社会福祉法人瓔珞会○●

- 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

〒061-3218 石狩市花畔360-26  
連絡先: 0133 (76) 1133

<b>No. 5</b>	<b>パワーヨガ教室</b>			
内容	ダイナミックなポーズを組み合わせて、呼吸と動きを調和させながら集中力を高め、心身をリフレッシュします。 講師: ヨガインストラクター 稲垣 沙織 氏			
開催日	4/11～2020/3/26 毎週木曜	時間	15:15～16:15	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	随時受付	
申込み/ 問合せ	(公財)石狩市体育協会	参加費	年9,600円(別途入館料1回100円) 持ち物: 飲み物、タオル、動きやすい服装	
		対象・定員	市内在住・在勤者 40人(申込順)	
電話	64-1220	FAX	—	
Eメール	—			
<b>No. 6</b>	<b>手芸講座 扇型小物入れ(12cm)</b>			
内容	—			
開催日	4/12(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	4/2(火) 9:00～	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館	参加費	500円	
		対象・定員	5人(申込順)	
電話	64-3196	FAX	—	
Eメール	—			
<b>No. 7</b>	<b>初心者スポーツ教室 カラーリング</b>			
内容	ルール説明、投球練習、試合(参加者でチームを作り対戦) ※当日参加も可 講師: 石狩市スポーツ推進委員			
開催日	4/12～9/27 第2・第4金曜 ※8月のみ第3・第4金曜	時間	18:30～20:30	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	定員になるまで随時	
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	無料 ※高校生以上は別途入館料1回100円 持ち物: 動きやすい服装、上靴(運動靴)	
		対象・定員	市民(初心者、経験者不問)30人(申込順) ※小学生は保護者同伴	
電話	72-6123	FAX	—	
Eメール	—			
<b>No. 8</b>	<b>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～</b>			
内容	13日: 卓球、フライングディスク 講師: 寺島 聖人 氏 20日: バドミントン、ボッチャ 講師: 倉 利隆 氏 ※ラケットの貸し出し可			
開催日	4/13(土)・20(土)	時間	10:00～11:00	
会場	りんくる(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	ACT会員: 300円 非会員: 500円 持ち物: 上靴、タオル、飲み物	
		対象・定員	—	
電話	62-8162	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**

よろしくお願ひいたします。

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

<b>No. 9 廃材木工講座 ベンチ(二人掛用)</b>				
内容 ー				
開催日 4/13(土)		時間 9:30~12:00		
会場 リサイクルプラザ(新港南1・22)		申込期間 4/2(火) 9:00~		
申込み/ 問合せ リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館		参加費 1,200円		
		対象・定員 5人(申込順) 昨年講座を受講された方はご遠慮ください		
電話 64-3196		FAX ー		Eメール ー
<b>No. 10 廃材木工講座 テーブル・イス(3点セット)</b>				
内容 ー				
開催日 4/18(木)		時間 9:30~15:00		
会場 リサイクルプラザ(新港南1・22)		申込期間 4/2(火) 9:00~		
申込み/ 問合せ リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館		参加費 3,000円 持ち物:昼食		
		対象・定員 5人(申込順) 昨年講座を受講された方はご遠慮ください		
電話 64-3196		FAX ー		Eメール ー
<b>No. 11 ウオー9の日イベント「街の美化ピカウオーク」</b>				
内容 街のごみ拾いをしながら約5キロをウオーキングします。ご家族や友達と気持ちの良い汗を流しましょう!				
開催日 4/19(金)※荒天中止		時間 10:00~12:00		
会場 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、軍手または火バサミ、タオル		
		対象・定員 ー		
電話 72-6123		FAX ー		Eメール ー
<b>No. 12 第78回 石狩の古老に話を聞く会</b>				
内容 荘内藩陣屋研究会副会長の佐藤 睦さんに「荘内藩ハママシケ陣屋跡について」と題し、お話しいただきます。				
開催日 4/20(土)		時間 13:30~15:00		
会場 市民図書館(花川北7・1)		申込方法 申込不要		
申込み/ 問合せ 市民図書館		参加費 無料		
		対象・定員 ー		
電話 72-2000		FAX ー		Eメール ー
<b>No. 13 廃材木工講座 ゴミストッカー</b>				
内容 ー				
開催日 4/20(土)・25(木)		時間 9:30~12:00		
会場 リサイクルプラザ(新港南1・22)		申込期間 4/2(火) 9:00~		
申込み/ 問合せ リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館		参加費 1,200円		
		対象・定員 各5人(申込順)		
電話 64-3196		FAX ー		Eメール ー

内科・消化器内科・循環器内科・外科  
 肛門外科・整形外科・心臓血管外科・泌尿器科  
 人工透析(入院・外来送迎) 各種健康診断



社会医療法人ピエタ会  
**石狩病院**

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)

<b>No. 14</b>	<b>野外講座 石狩ビーチコーマーズ 春の海辺の漂着物</b>			
<b>内容</b>	春の石狩浜には、石狩川が海へ運んできたさまざまなものが流れ着きます。それらを観察・採集して、正体や起源を考えます。※砂浜を約3km歩きます			
<b>開催日</b>	4/21(日)	<b>時間</b>	9:00～13:00	
<b>場所</b>	いしかり砂丘の風資料館(弁天町30・4)、石狩浜	<b>申込期間</b>	4/1(月)～19(金)	
<b>申込み/問合せ</b>	いしかり砂丘の風資料館 ※火曜休館	<b>参加費</b>	無料 持ち物:長靴、帽子、ビニール袋など	
		<b>対象・定員</b>	小学校4年～大人(小学生は保護者同伴) 20人(申込順)	
<b>電話</b>	62-3711	<b>FAX</b>	—	
<b>No. 15</b>	<b>ステップアップ離乳食教室</b>			
<b>内容</b>	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による講話。 ※上のお子さんの託児希望の方は要相談			
<b>開催日</b>	4/22(月)	<b>時間</b>	10:30～11:30	
<b>会場</b>	りんくる(花川北6・1)	<b>申込期限</b>	4/17(水)	
<b>申込み/問合せ</b>	保健推進課	<b>参加費</b>	持ち物:母子健康手帳、子ども用スプーン、普段出かけるときの持ち物	
		<b>対象・定員</b>	おおむね7～10か月児と保護者 20組(申込順)	
<b>電話</b>	72-3124	<b>FAX</b>	—	
<b>No. 16</b>	<b>① 普通救命講習Ⅰ ② 普通救命講習Ⅱ</b>			
<b>内容</b>	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 ①に加え効果測定1時間			
<b>開催日</b>	① 昼の部4/26(金) 夜の部4/22(月) ② 昼の部4/26(金)	<b>時間</b>	①9:00～12:00、18:00～21:00 ②9:00～13:00	
<b>会場</b>	石狩商工会館(花川北6・1)	<b>申込方法</b>	4/18(木)までに電話し、申請書を提出 ※当日受付不可	
<b>申込み/問合せ</b>	(一財)石狩市防災まちづくり協会	<b>参加費</b>	無料 持ち物:動きやすい服装、筆記用具	
		<b>対象・定員</b>	小学校5年以上の市民または市内勤務者 各20名※夜の部は16歳以上	
<b>電話</b>	77-6217	<b>FAX</b>	—	
<b>No. 17</b>	<b>マクンベツ湿原・はまなすの丘 自然観察ツアー</b>			
<b>内容</b>	ミズバショウ群生地のマクンベツ湿原と、イソスミレが咲き始める石狩川河口の自然を訪ねます。 講師:NPO法人いしかり海辺ファンクラブ 内藤 華子 氏ほか			
<b>開催日</b>	4/30(火・休)	<b>時間</b>	9:00 札幌駅北口集合(9:40市役所)～ (14:30市役所)15:00札幌駅北口	
<b>会場</b>	マクンベツ湿原、はまなすの丘公園、石狩浜海 浜植物保護センター	<b>申込期限</b>	4/23(火)	
<b>申込み/問合せ</b>	NPO法人いしかり海辺ファンクラブ ※平日9時～17時	<b>参加費</b>	1,000円(中学生以下500円、就学前児童は無料) 持ち物:昼食、飲み物、雨具、暖かい服装	
		<b>対象・定員</b>	どなたでも(小学生以下は保護者同伴) 30人(申込順)	
<b>電話</b>	090-7513-1759	<b>FAX</b>	—	
<b>No. 18</b>	<b>ふまねっと健康教室</b>			
<b>内容</b>	床に敷いた50cm四方のマス目でできた大きな網を、踏まないようにゆつくりまたぎ越す歩行運動です。			
<b>開催日</b>	4/11・25 ※全て木曜	<b>時間</b>	10:30～12:00	
<b>会場</b>	学び交流センター(花川北3・3)	<b>申込方法</b>	申込不要	
<b>申込み/問合せ</b>	ふまねっとはまなす 椙下(すぎした)さん	<b>参加費</b>	月2回500円(1回のみ参加、見学可) 持ち物:底の平らな上靴	
		<b>対象・定員</b>	—	
<b>電話</b>	74-4131	<b>FAX</b>	—	

# 5月開催の連携講座



<b>No. 1 初心者スポーツ教室バレーボール</b>				
内容	講師:石狩市バレーボール協会			
開催日	5/13～10/28の毎週月曜	時間	16:00～18:00	
会場	B&G海洋センター(花畔337・4)	申込期間	定員になるまで随時	
申込み/ 問合せ	(公財)石狩市体育協会	参加費	月500円(別途保険料800円、入館料1回100円) 持ち物:上靴(運動靴)	
		対象・定員	高校生以上の市内在住・在学者 20人(申込順)	
電話	64-1220	FAX	—	
<b>No. 2 初心者スポーツ教室 テニス</b>				
内容	テニス教室 講師:日本テニス協会上級指導員資格保有者			
開催日	5/20～10/28の毎週月曜	時間	19:30～21:30	
会場	サン・ビレッジいしかり(新港中央1・701)	申込方法	電話またはメール	
申込み/ 問合せ	石狩テニス協会 池田さん	参加費	3カ月4,500円(5月・8月に徴収、別途入館料) 持ち物:テニスラケット、テニスシューズ	
		対象・定員	高校生以上の市内在住・在勤者 初級12人、中級24人(ともに申込順)	
電話	090-2870-4137	FAX	—	
電話	090-2870-4137	FAX	—	
<b>No. 3 石狩市民 手打ちそば教室</b>				
内容	基本的な手打ちそばの知識と技術を習得します。打ったそばはお持ち帰りできます。 詳細は申し込み時に説明			
開催日	6月～12月第1土曜(全7回)	時間	14:00～16:00	
会場	そば打ち道場(花川北6・4)、市民館(花川北6・1)	申込期限	4/30(火・休)	
申込み/ 問合せ	いしかり手打ちそば同好会 小林さん	参加費	1回1,800円(そば粉700g、会場費込み) 持ち物:エプロン、三角巾、タオル3枚、持ち帰り 用容器	
		対象・定員	10人(申込順) 高校生以上	
電話	64-0117 080-1882-1346	FAX	—	
電話	64-0117 080-1882-1346	FAX	—	
<b>No. 4 ファミリー・サポート・センター講習会 サポート会員養成講座</b>				
内容	ファミサポは、子育ての援助をしてほしい人(依頼会員)と援助したい人(サポート会員)による会員組織です。 サポート会員になるためには、講習を受ける必要があります。 講師:ファミサポアドバイザーほか			
開催日	6/3・10・17・24・26、7/1・8 ※6/26(水)以外は全て月曜	時間	9:00～12:00(午後まで講習の日もあり)	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	5/22(水)	
申込み/ 問合せ	いしかりファミリー・サポート・センター ※平日9時～17時	参加費	2,571円(テキスト代) 持ち物:筆記用具	
		対象・定員	健康で子どもの好きな18歳以上の方 20人	
電話	72-5552	FAX	—	
電話	72-5552	FAX	—	



- 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～

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

●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6月前から20日前までに申込書を提出(ファクス・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 TEL72-3173

- ◆えりすいしかりネットテレビ番組   ※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

いしかり市民カレッジ開校10周年 記念特別講座/表彰状授与式/記念式典

厚田区地域おこし協力隊&オペラ歌手 今野博之さんの「俺'sキッチン」

いしかり古民家活用地域活性化セミナーVOL.2

※3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

SAKURA internet

ホームページやブログを作りたい!

通販サイトを立ち上げたい!

Web サイトを作るなら

石狩データセンター

さくらインターネットは、石狩データセンターから世界へサーバーサービスを提供しています!

～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

**ERIS** えりす TV

♪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

**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。