

「あい風通信 ～お知らせ版～」

(令和3年3月号)



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

●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
- ◆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

- ◆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

石狩浜の巨木流木～ハクちゃんのネイチャーガイドシリーズ～
活動を止めるな！石狩リーダーサークル「SHINYOU」の挑戦

※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

～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
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。

消火器・火災警報器・防災用品・設備点検
廃棄消火器特定窓口（訪問引取可）

道央防災センター

石狩市防災マスター 石狩市花川南6条3丁目 41



- 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

ようらくかい
社会福祉法人 櫻珞会



ケアハウス いしかり
特別養護老人ホーム ぼんなくろ
デイサービスセンター ぼんなくろ
特別養護老人ホーム ほとり



＝連絡先＝ (0133) 77 - 5860 ＝場所＝ 石狩市花畔360番地26

※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更となる場合がありますので、受講を希望される方は各団体へご確認ください。

3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 土曜日アクティブタイム ～ニュースポーツ編～				
内容	①卓球・ポッチャ ②バドミントン・3A(スリーエイ) 講師:千葉 裕実コーチ			
開催日	①3/13(土) ②3/27(土)	時間	10時～11時	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込方法	申込不要。当日直接会場へ	
申込み/問合せ	一般社団法人 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・飲み物・運動しやすい服装 ※ラケット貸出有	
		対象・定員	年長～大人	
電話	62・8162	FAX	—	
		Eメール	—	
No. 2 寿窯陶芸教室				
内容	見学会:3/16(火)・17(水)10時～12時、30(火)・31(水)10時～15時 説明会・作陶:5/13(木)・14(金)13時～りんくる陶芸室で実施。 ※事前申込のうえ、出席必須			
開催日	5月から隔週の木曜・金曜	時間	13時～15時	
会場	りんくる(花川北6・1)	申込方法	4/16(金) 17時までに窓口または電話で申し込み	
申込み/問合せ	社会福祉法人 石狩市社会福祉協議会	参加費	材料費月1000円程度、親睦会費月1200円	
		対象・定員	60歳以上の石狩市民・10人程度 ※申込多数時抽選	
電話	72・8181	FAX	—	
		Eメール	—	
No. 3 ながら体操講習会				
内容	忙しくて時間のない人や激しい運動が出来ない人におすすめ！日常生活に取り入れられる簡単なエクササイズです 講師:studio AWAKE! 主宰 杉本 季依美 氏			
開催日	①3/18(木) ②3/25(木)	時間	10時～11時30分	
会場	りんくる(花川北6・1) 交流活動室	申込期限	①3/12(金) ②3/19(金) ※単発、両日参加可	
申込み/問合せ	石狩市 スポーツ健康課	参加費	無料 持ち物:飲み物、タオル、上靴	
		対象・定員	石狩市民・各回30人	
電話	72・6123	FAX	—	
		Eメール	—	
No. 4 ウオー9の日イベント「あおぞらウォーク」				
内容	りんくるから緑苑台イオンを経由して戻ってくる約6キロをウォーキングします			
開催日	3/19(金)	時間	10時～12時	
会場	りんくる(花川北6・1)集合	申込方法	申込不要	
申込み/問合せ	石狩市 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 ※ポイントカードをお持ちでない方は、受付時に交付	
		対象・定員	石狩市民	
電話	72・6123	FAX	—	
		Eメール	—	
No. 5 子連れ参加OK!! ハワイアンエクササイズでこころも身体もぽっかぽか♡				
内容	冬の寒さで凝り固まった身体を、ストレッチやフラダンスを踊ってほぐしましょう！ホットストーンを使ったセルフプロミロミ(マッサージ)もお伝えします♪ 講師:谷 倫子 氏			
開催日	3/24(水)	時間	10時～11時	
会場	学び交流センター(花川北3・3)第4研修室	申込方法	—	
申込み/問合せ	一般社団法人 アクト・スポーツプロジェクト	参加費	ACT会員:500円 非会員:700円 持ち物:動きやすい服装 飲み物	
		対象・定員	どなたでも(子連れや、大人1人での参加可)・5人(申込順)	
電話	62・8162	FAX	—	
		Eメール	—	

No. 6	①普通救命講習Ⅰ ②普通救命講習Ⅱ				
内容	①乳幼児に対する応急手当(心肺蘇生法、AEDの使用法、気道異物の除去など) ②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)				
開催日	①3/26(金) ②3/29(月)	時間	①9時～12時 ②18時～21時		
会場	①花川北コミュニティセンター(花川北3・2) ②石狩商工会館(花川北6・1)	申込方法	3/23(火)までに電話申込のうえ申請書提出 ※当日受付不可		
申込み/ 問合せ	一般財団法人 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 ※マスクの着用をお願いします		
		対象・定員	①小学5年生以上の市民または市内勤務者 ②16歳以上 ・各10人		
電話	77・6217	FAX	76・6673	Eメール	machizukuri@bosai-ishikari.or.jp
No. 7	風車学習会 風力発電事業 環境アセスの問題点				
内容	2012年、風力発電は環境アセスの対象となったが、生活環境・自然環境悪化を訴え、全国で建設反対の動きが止まりません。問題の実態を探ります。 講師:安田秀子(石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表)				
開催日	3/28(日)	時間	13時30分～15時30分		
会場	花川北コミュニティセンター(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	500円(資料代ほか) ※マスク着用にご協力ください		
		対象・定員	無料		
電話	090・6211・1602	FAX	—		
No. 8	お口の健康教室				
内容	お口の正しい手入れ方法などの講話。 希望者は教室終了後、歯科衛生士による個別指導を受ける事ができます。(申込時要予約)				
開催日	3/29(月)	時間	10時～11時		
会場	りんくる(花川北6・1)	申込期限	3/22(月)		
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		
		対象・定員	65歳以上の石狩市民		
電話	72・7017	FAX	—		

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
さくらインターネット

検索

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!

4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 HIP HOPダンス教室(初級)				
内容	HIP HOPダンス(初心者向け)			
開催日	4/7(水)～R4/3/23(水) 毎週水曜	時間	16時15分～17時15分	
会場	B&G海洋センター(花川337・4)	申込期間	定員になるまで随時募集	
申込み/問合せ	公益財団法人 石狩市体育協会	参加費	無料 持ち物:運動できる服装、上靴、飲み物、タオル	
		対象・定員	小学校3年生以上の市内在住・在勤者(大人も可)・10人(申込順)	
電話	64・1220	FAX	—	
No. 2 初級手話講習会				
内容	聞こえない方と手話で日常会話ができるようになることを目指します			
開催日	入門編4/14～7/14、基礎編8/4～12/22 ※5/15・11/3を除く 毎週水曜 全33回	時間	18時30分～20時30分	
会場	市役所	申込期限	3/31(水)	
申込み/問合せ	石狩市 障がい福祉課	参加費	3,300円(テキスト代)	
		対象・定員	高校生以上の石狩市民または、市内に通勤・通学する手話に興味がある方・20人(申込多数時抽選、最少開催人数10人)	
電話	72・3194	FAX	—	
No. 3 石狩市シニアプラザ「はまなす学園」				
内容	園生みんなで作る学園活動、午前は健康・教養・医療などの講座、午後はリズムダンス・パークゴルフ・コーラス・映画鑑賞などの自主クラブ活動。このほか、スポーツレクや文化祭、社会見学などの楽しい行事もあります。			
開催日	4/19(月)～R4/2/7(月)の月2回程度 (主に第1・3月曜)年16回	時間	10時30分～12時、13時～15時	
会場	花川北コミュニティセンター(花川北3・2)	申込期限	3/30(火) 17時	
申込み/問合せ	石狩市公民館	参加費	5,800円程度	
		対象・定員	60歳以上で1年間継続受講できる方・70人(申込多数時新規の方優先の抽選)	
電話	74・2249	FAX	74・2249	
		Eメール	—	

●「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

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

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)

～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