

# 「あい風通信 ～お知らせ版～」

(令和6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

## まちの先生企画講座

| No. 1       | まちの先生企画講座5 榎本武揚～科学技術者にして明治近代化の万能人                                                                                                                                                          |       |                                                    |                                                                                    |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 内 容         | 榎本武揚といえば、徳川幕府の海軍副総裁や箱館五稜郭での戦いの敗軍の将というイメージが一般的ですが、実は科学技術に深い造詣をもち明治の近代化に大きく貢献した優れた人物です。今回は榎本武揚の様々な姿を紹介します。<br>① 科学技術者としての活躍、<br>② 明治近代化を支えた万能人<br>③ 榎本武揚の生い立ちと生き様<br>講師:徳田昌生(いしかり市民カレッジ運営委員) |       |                                                    |                                                                                    |
| 開催日         | ①2/27(火)②3/5(火)③3/12(火)                                                                                                                                                                    | 時 間   | 10:30～12:00                                        |                                                                                    |
| 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  | 2/13(火)電話、FAX及びホームページよりお申込ください                     |                                                                                    |
| 申込み/<br>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                             |                                                                                    |
|             |                                                                                                                                                                                            | 対象・定員 | 30名(申込多数時カレッジ生優先の抽選または受講者が9名以下の場合は講座開催ができないため開催中止) |                                                                                    |
| 電 話         | 0133・74・2249                                                                                                                                                                               | FAX   | 0133・74・2249                                       | HP:URL <a href="http://ishikari-c-college.com/">http://ishikari-c-college.com/</a> |

### ●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 所定の申込書を開催希望日の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

※月末アップ分含む →→→

1みんなの郵便局inいしかり



※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       | 冬休み親子手作り木工教室                                                                                                                                      |       |                        |                                                           |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 内 容         | 廃材を活用して自由に木工品を作ります。講師:リサイクルプラザ職員                                                                                                                  |       |                        |                                                           |
| 開催日         | R6/1/6(土), R6/1/13(土)                                                                                                                             | 時 間   | 9:30～12:00             |                                                           |
| 会 場         | 石狩市新港南1丁目22-63                                                                                                                                    | 申込方法  | 1/4(水)9:00～ 電話受付       |                                                           |
| 申込み/<br>問合せ | リサイクルプラザ ※月曜・祝日休館                                                                                                                                 | 参加費   | 無料 持ち物:軍手・エプロン         |                                                           |
|             |                                                                                                                                                   | 対象・定員 | 市内の小学生と保護者 ・ 5人(申し込み順) |                                                           |
| 電 話         | 0133・64・3196                                                                                                                                      | FAX   | —                      | Eメール —                                                    |
| No. 2       | 子育て環境強化事業「姿勢改善トレーニング」                                                                                                                             |       |                        |                                                           |
| 内 容         | アクトスポーツ所属の理学療法士による「良い姿勢チェック」「姿勢改善の為のトレーニング」などを行っていきます。自分の姿勢を知ることからスタートして、気軽に皆さんで楽しみながら、健康的な身体づくりを行っていきましょう。運動が苦手な方も安心してご参加ください。講師:宮川 拓巳(みやかわ たくみ) |       |                        |                                                           |
| 開催日         | 1/18(木)                                                                                                                                           | 時 間   | 10:00～11:30            |                                                           |
| 会 場         | ふれあいの杜子ども館(石狩市樽川4条1丁目600-1)                                                                                                                       | 申込方法  | 電話またはメール               |                                                           |
| 申込み/<br>問合せ | アクトスポーツプロジェクト<br>(平日9:00～16:00土日祝)                                                                                                                | 参加費   | 1,000円 持ち物:上靴・タオル・飲み物  |                                                           |
|             |                                                                                                                                                   | 対象・定員 | 40歳以上の成人 ・ 20名         |                                                           |
| 電 話         | 0133・62・8162                                                                                                                                      | FAX   | —                      | Eメール <a href="mailto:info@act-sp.org">info@act-sp.org</a> |

|              |                                                                                            |     |       |                                                                                                            |   |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| <b>No. 3</b> | <b>ふまねっと健康教室</b>                                                                           |     |       |                                                                                                            |   |
| 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行い、楽しく交流できる学習運動です。                                         |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | 1/11(木), 1/25(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)                                                                        |     | 申込期間  | —                                                                                                          |   |
| 申込み/<br>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                                                                                       |   |
|              |                                                                                            |     | 対象・定員 | —                                                                                                          |   |
| 電 話          | 0133・76・1876                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |
| <b>No. 4</b> | <b>①普通救命講習Ⅰ ②普通救命講習Ⅱ ③救命入門コース</b>                                                          |     |       |                                                                                                            |   |
| 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の使用法、止血法など)<br>②①に加え効果測定1時間<br>③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) |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | ①②1/13(土), ③1/19(金)                                                                        |     | 時 間   | ①9:00～12:00 ②9:00～13:00 ③18:00～19:30                                                                       |   |
| 会 場          | 石狩商工会館(花川北6-1)                                                                             |     | 申込方法  | 1/11(木)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/<br>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 | ①②小学5年生以上の市民または市内勤務者 ③は16歳以上・各10人                                                                          |   |
| 電 話          | 0133・77・6217                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |
| <b>No. 5</b> | <b>第10回いしかりウオー9の日イベント「スノーシューウオーク」</b>                                                      |     |       |                                                                                                            |   |
| 内 容          | 石狩市本町地区内を約2キロのスノーシューウオーク! 講師:公益財団法人石狩市体育協会 主事 佐藤 侑希 氏                                      |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | R6/1/19(金)                                                                                 |     | 時 間   | 10:00～12:00                                                                                                |   |
| 会 場          | (集合)石狩市役所玄関(花川北6条1丁目30-2)                                                                  |     | 申込期間  | 1/4(木)～1/12(金)まで                                                                                           |   |
| 申込み/<br>問合せ  | スポーツ健康課                                                                                    |     | 参加費   | 無料 持ち物:帽子、手袋、防寒着、着替え、ポイントカード、飲み物、タオル、スノーシュー※ポイントカードをお持ちでない方は、受付時に交付します※スノーシューは無料で貸出します※バス送迎あり(市役所から本町地区まで) |   |
|              |                                                                                            |     | 対象・定員 | 石狩市民又は郊外の方・10名(先着順)                                                                                        |   |
| 電 話          | 0133・72・6123                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |
| <b>No. 6</b> | <b>認知症サポーター養成講座</b>                                                                        |     |       |                                                                                                            |   |
| 内 容          | 認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の方や家族をあたたく見守る応援者です。症状、接し方、認知症サポーターにできることなどを学びます。                  |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | 1/24(水)                                                                                    |     | 時 間   | 10:00～11:30                                                                                                |   |
| 会 場          | 石狩市花川北コミュニティセンター(花川北3条2丁目198-1)                                                            |     | 申込方法  | 1/18(木)まで 電話申込                                                                                             |   |
| 申込み/<br>問合せ  | 地域包括ケア課                                                                                    |     | 参加費   | 無料                                                                                                         |   |
|              |                                                                                            |     | 対象・定員 | 市民・30名(申込順)                                                                                                |   |
| 電 話          | 0133・77・7535                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |
| <b>No. 7</b> | <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。<br>講師:Veitu石狩 代表 寺島聖人 氏                |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | R6/1/26, 2/2, 2/16 すべて金曜日 全3回                                                              |     | 時 間   | 10:00～11:30                                                                                                |   |
| 会 場          | 石狩市花川南コミュニティセンター(花川南6-5)                                                                   |     | 申込方法  | 1/4(木)～1/16(火) 電話申込                                                                                        |   |
| 申込み/<br>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、全3回参加できる方・20人(申込順)                                                                                      |   |
| 電 話          | 0133・72・6123                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |
| <b>No. 8</b> | <b>手芸講座 おひなさま(31cm×27cm)</b>                                                               |     |       |                                                                                                            |   |
| 内 容          | 古着・古布を活用して自分で手芸品を作りましょう。                                                                   |     |       |                                                                                                            |   |
| 開催日          | 1/31(水)                                                                                    |     | 時 間   | 9:00～12:00                                                                                                 |   |
| 会 場          | 石狩市新港南1丁目22-63                                                                             |     | 申込方法  | 1/4(水)9:00～ 電話受付                                                                                           |   |
| 申込み/<br>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 | 石狩市民・5人(申し込み順)                                                                                             |   |
| 電 話          | 0133・64・3196                                                                               | FAX | —     | Eメール                                                                                                       | — |

| No. 9       | 大人のプレミアム食育講座(個人向け)                                                                             |       |                                                             |                                          |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 内 容         | 給食センターの紹介、食育講話、給食試食<br>＜食育講話内容＞<br>①感染症予防にもなる！？教えます学校給食流し洗い<br>②私たちのまわりにあるアレルギーを知らう<br>講師：市栄養士 |       |                                                             |                                          |
| 開催日         | ①1/31(水)、②2/29(木)                                                                              | 時 間   | ①②10:30～12:00                                               |                                          |
| 会 場         | 石狩市学校給食センター(花川北7条1丁目27)                                                                        | 申込期限  | ①1/16(火)まで<br>②2/14(水)まで 電話・FAX・Eメール                        |                                          |
| 申込み/<br>問合せ | 教育委員会生涯学習部学校給食センター<br>※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) 持ち物:筆記用具<br>※受講3日前(土日祝日を含まない)の取消には試食代が発生いたします。 |                                          |
|             |                                                                                                | 対象・定員 | ①先着20名程度②先着30名程度                                            |                                          |
| 電 話         | 0133・62・8015                                                                                   | FAX   | 0133・72・2223                                                | Eメール kyuusyoku@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       | 令和5年度春の体力アップトレーニング教室                                                                                         |       |                                                           |                                                                               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 内 容         | 筋力トレーニング・スポーツレクリエーション                                                                                        |       |                                                           |                                                                               |
| 開催日         | R6/2/2～3/29 毎週月・金(祝日休み)全15回                                                                                  | 時 間   | 14:00～15:00                                               |                                                                               |
| 会 場         | 花畔337-4(石狩市B&G海洋センター)<br>新港中央1丁目701-1(石狩市多目的スポーツ施設)                                                          | 申込方法  | 1/22(月)まで 電話申込受付・参加申込書兼誓約書の提出                             |                                                                               |
| 申込み/<br>問合せ | (公財)石狩市体育協会                                                                                                  | 参加費   | 700円 持ち物:運動靴                                              |                                                                               |
|             |                                                                                                              | 対象・定員 | 市内在住・在勤の方(原則として60歳以上)※健康状態によっては参加できないこともあります。・80名         |                                                                               |
| 電 話         | 0133・64・1220                                                                                                 | FAX   | —                                                         | Eメール <a href="mailto:i-sports@crocus.ocn.ne.jp">i-sports@crocus.ocn.ne.jp</a> |
| No. 2       | 連続講座「石狩大学博物学部」                                                                                               |       |                                                           |                                                                               |
| 内 容         | 石狩の自然や歴史の最新トピックを学芸員が紹介！1科目だけの受講もOK。<br>①石狩歴史学・石狩民俗学<br>②石狩考古学・石狩海辺学                                          |       |                                                           |                                                                               |
| 開催日         | ①2/3(土)、②2/10(土)                                                                                             | 時 間   | 13:00～15:00(12:30より受付)                                    |                                                                               |
| 会 場         | 石狩市花川北コミュニティセンター 会議室A-C(花川北3-2)                                                                              | 申込方法  | 1/4(水)から各前日まで 電話受付                                        |                                                                               |
| 申込み/<br>問合せ | いしかり砂丘の風資料館<br>※平日9時30分～17時 火曜休館                                                                             | 参加費   | 無料                                                        |                                                                               |
|             |                                                                                                              | 対象・定員 | 30人(申し込み順)                                                |                                                                               |
| 電 話         | 0133・62・3711                                                                                                 | FAX   | —                                                         | Eメール —                                                                        |
| No. 3       | 第45回石狩浜歩くスキー&かんじきウォーキングの集い                                                                                   |       |                                                           |                                                                               |
| 内 容         | 歩くスキーの部 3km・6km かんじきウォーキングの部 3km                                                                             |       |                                                           |                                                                               |
| 開催日         | 2/4(日)                                                                                                       | 時 間   | 受付 9:15～9:30 開会式9:45 スタート10:00                            |                                                                               |
| 会 場         | コース:石狩浜周辺                                                                                                    | 申込方法  | 1/15(月)まで 所定の申込書を提出                                       |                                                                               |
| 申込み/<br>問合せ | 公財)石狩市体育協会                                                                                                   | 参加費   | 500円 スキー及びかんじきの無料貸出可能(数量に限りあり)<br>天然温泉番屋の湯無料入浴券あり(当日のみ有効) |                                                                               |
|             |                                                                                                              | 対象・定員 | 歩くスキー及びウォーキング愛好者(小学生以上)・100名                              |                                                                               |
| 電 話         | 0133・64・1220                                                                                                 | FAX   | —                                                         | Eメール <a href="mailto:i-sports@crocus.ocn.ne.jp">i-sports@crocus.ocn.ne.jp</a> |
| No. 4       | 学習会「幻の石狩湿原は復元できるのか」                                                                                          |       |                                                           |                                                                               |
| 内 容         | 石狩川のマクンバツ湿原などさまざまな北海道の湿原の生態について学び、石狩川下流流域の湿原再生の試みも紹介していただきます。 講師:札幌市立大学専門研究員・名誉教授、日本湿地学会会長 北海道自然保護協会理事 矢部和夫氏 |       |                                                           |                                                                               |
| 開催日         | 2/10(土)                                                                                                      | 時 間   | 13:30～15:30                                               |                                                                               |
| 会 場         | 石狩市花川北コミュニティセンター 視聴覚室(花川北3-2)                                                                                | 申込方法  | —                                                         |                                                                               |
| 問合せ         | 石狩浜夢の木プロジェクト 安田さん                                                                                            | 参加費   | 500円(資料代他)                                                |                                                                               |
|             |                                                                                                              | 対象・定員 | —                                                         |                                                                               |
| 電 話         | 090・6211・1602                                                                                                | 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  
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。

## 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

～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

## 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。

ようらくかい  
社会福祉法人 瓊瑠会



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

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



株式  
会社

# クリヤデンキ

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

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)

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

プレミアム  
永代管理墓  
「四季彩」



永代使用料88万円

家族合葬墓  
「潮 彩」



永代使用料58万円

樹木葬  
「ラベンダー」



永代使用料27万円

永代合記墓  
「やすらぎ」



永代使用料12万円



お墓・永代墓・樹木葬・ペット  
選べるご供養のカたち

# 石狩はまなす墓苑

【募集代行・墓石施工販売】有限会社 三愛

石狩市八幡2丁目343番地

## 0133-66-4242



- 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