

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座(平成24年12月～)

問合せ：いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内) 74-2249

いしかり市民カレッジ主催講座

1	いしかり市民カレッジ(講座13)「科学は面白い! 実験でなっとく」大人の実験教室【プロフェッサーコース】				
内容	子ども向けの科学実験教室は多くありますが、本講座は大人を対象とした実験教室です。身のまわりで起こっている現象を取り上げ、例示実験や受講者自ら行う実験によって現象の仕組みや原理を理解することができます。家庭で孫や子ども達に講座の話や実験の再現などを行うことによって、サイエンスへの理解が高まることを期待しています。 あい風はなぜ吹くの? 熱と温度の違いを知ってなっとく! 転がると滑るのはどちらが速い? 「電池なし磁石なしの静電気モーター」 【講師】 前野 紀一氏 宮台 朝直氏 山谷 和彦氏(いずれも北海道大学名誉教授)				
開催日	1/9(水) 23(水) 2/6(水)	時間	10:30～12:00		
会場	学び交流センター	申込期間	12/7(金)～12/21(金)		
申込み/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)		参加費	カレッジ生1,200円、一般1,500円(3回分)	
			対象・定員	30人(申込多数時抽選)	
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

12月には、次の「いしかり市民カレッジ主催講座」が開催されます。受講される方はお忘れなく。申込み受け付けは終了しています。

講座11 原子力と自然エネルギーの未来を考える 【プロフェッサーコース】

12/6(木) 10:30～12:00 花川北コミセン

講座12 牛乳をもっと知ろう 【プロフェッサーコース】

12/12(水) 10:30～12:00 花川北コミセン

まちの先生企画講座

12月には、次の「まちの先生企画講座」が開催されます。受講される方はお忘れなく。

申込み受け付けは終了しています。

講座3 楽しいハンドメイド

12/5(水) 10:00～12:30 花川北コミセン

12月開催の連携講座

1	【子育て】ペタペタクリスマス飾り				
内容	ママと折り紙でオーナメントを作って、大きな紙のツリーに貼り付けて遊びましょう!				
開催日	12/5(水)	時間	11:00～12:00		
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	申込不要		
申込み/問合せ	子育て広場「りとるきっず」(NPO法人こども・コムステーション・いしかり月～土(祝除く)10～16時)		参加費	無料	
			対象・定員		
電話	76-6688	FAX		Eメール	
2	【子育て】心育てのわらべ歌				
内容	絵本や紙芝居の読み聞かせもあります				
開催日	12/6(木)	時間	10:00～11:00		
会場	りんくる	申込期間	申込不要		
申込み/問合せ	石狩市わらべうた研究会(北海道音楽教育の会会員) 岩本さん		参加費	無料 持ち物:水分補給のための飲み物	
			対象・定員	0歳から就学前のお子さんと保護者	
電話	011-764-1453	FAX	011-764-1453	Eメール	

3 包丁とぎ講座					
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	12/6(木)～8(土)・15(土)	時 間	9:30～11:00		
会 場	リサイクルプラザ	申込期間	12/1(土)9:00～ 電話で申し込み		
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	各日5人(先着順)		
電 話	64-3196	FAX	64-3195	Eメール	recycle@city.ishikari.hokkaido.jp
4 【子育て】楽しく指編みでマフラー作り！					
内 容	子どものマフラーを指編みで、簡単・安全に編みましょう。【講師】中野 京子氏				
開催日	12/7(金)	時 間	10:30～		
会 場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	12/1(土)10:00～ 電話で申込		
申込み/ 問合せ	子育て広場「りとるきっず」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり 月～土(祝除く)10～16時)	参加費	300円(毛糸代)		
		対象・定員	5人(要予約・先着順)		
電 話	76-6688	FAX		Eメール	
5 第41回石狩の古老に話を聞く会					
内 容	本町在住の近 恒康さんに「北洋漁業」のお話を聞きます。				
開催日	12/8(土)	時 間	13:30～		
会 場	市民図書館	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	市民図書館	参加費	200円		
		対象・定員			
電 話	72-2000	FAX	73-9120	Eメール	ishikari-lib@mail.ishikari-lib-unet.ocn.ne.jp
6 石狩病院 市民公開講座					
内 容	インフルエンザにご注意を！～ワクチンはなぜ毎年必要なの？もしインフルエンザにかかったら... 介護保険について～申請からサービス利用まで～				
開催日	12/8(土)	時 間	14:00～15:00		
会 場	花川北コミセン	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	石狩病院 医事課内 医療公開講座窓口	参加費	無料		
		対象・定員	健康に関心のある市民40人		
電 話	74-8611	FAX	74-8614	Eメール	maw@ishikari-hosp.ecnet.jp
7 座禅の腹式呼吸による健康法					
内 容	座禅の指導、腹式呼吸の体験と実践、座禅の目的(雑念と三昧(ざんまい))について				
開催日	12/9(日) 毎月第2日曜	時 間	10:00～11:30		
会 場	りんくる	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	座禅サークル 田中さん	参加費	1回100円		
		対象・定員			
電 話	72-4839	FAX	72-4839	Eメール	

体育協会「スポレク出前体育講座」も市民カレッジの対象講座です。

体育協会は、講師を派遣して、市民の皆さんの健康体力づくりや交流を深めるお手伝いをしています。

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、アウトドア、フィットネスなど

費用 1時間千円 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 (財)石狩市体育協会 電64-1220 FAX64-1222 メールi-sports@crocus.ocn.ne.jp

8	ウオー9(ク)の日イベント「脂肪をためない身体づくり」				
内容	冬の間に運動不足で脂肪をためないように、狭い場所でもできる脂肪燃焼ウオーキングと代謝を上げるエクササイズを行います。【講師】健康運動指導士 山田 泰子氏				
開催日	12/9(日)	時間	10:00～12:00		
会場	花川北コミセン	申込期間	～12/6(木)		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	500円(はりきりウオーキングラリーpart2参加者は無料) 持ち物: 飲み物、上靴、タオル、筆記用具		
		対象・定員	50人(先着順)		
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
9	【子育て】クリスマスリース作り～手作りのリースを作りませんか？				
内容	【講師】藤山 泉氏 託児有り(無料)				
開催日	12/11(火)	時間	10:00～		
会場	地域子育て支援センターえるむ 専用室	申込期間	12/1(土)～ 定員になり次第終了		
申込み/ 問合せ	地域子育て支援センターえるむ (えるむの森保育園内)	参加費	500円		
		対象・定員	親子10組		
電話	71-2013	FAX		Eメール	
10	地域交流事業～コーディネーション運動で動ける身体づくり～				
内容	思い通りに動ける身体を目指します。				
開催日	12/11(火)	時間	10:00～11:00		
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	～12/10(月)		
申込み/ 問合せ	こども未来館「あいぼーと」 (特定非営利活動法人こども・コムステーション・いしかり・月～土(祝除く)10～16時)	参加費	無料 持ち物: 運動できる服装・靴		
		対象・定員	60歳以上の方 10人		
電話	76-6688	FAX		Eメール	
11	元気を食べる！手づくりピザ教室				
内容	元気になる料理(ピザ)を作ります。				
開催日	12/11(火)・14(金)・18(火)・21(金)	時間	10:00～12:00		
会場	エコマイスター良子の店(花川北6-2 りんくる東口向い黄色の建物)	申込期間			
申込み/ 問合せ	エコマイスター良子の店 久保さん	参加費	1回500円 持ち物: エプロン、手拭き		
		対象・定員	各日4人(先着順)		
電話	090-2057-4020	FAX		Eメール	
12	育児の知袋・保健師さんに離乳食について聞いてみよう！				
内容	保健師さんに離乳食の進め方や「最近食べなくなって心配」などの質問をしてみよう！				
開催日	12/11(火)	時間	14:00～		
会場	地域子育て支援センターえるむ	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	地域子育て支援センターえるむ (えるむの森保育園内)	参加費	無料		
		対象・定員			
電話	71-2013	FAX		Eメール	
13	【子育て】バルーンアートで楽しもう！！				
内容	子どもが大好きな風船で作品を作ってみましょう。クリスマス飾りにも大活躍！ 託児あり(5人まで)、爪の長い方や爪にネイルアートをしている方は参加できません。【講師】Hitomi氏				
開催日	12/12(水)	時間	10:30～11:30		
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	12/1(土)10:00～電話で申込		
申込み/ 問合せ	子育て広場「りとるきっず」 (NPO法人こども・コムステーション・いしかり 月～土(祝除く)10～16時)	参加費	100円 持ち物: 持ち帰り用の袋(必要な方)		
		対象・定員	10人(要予約)		
電話	76-6688	FAX		Eメール	

14	ふまねっと健康教室			
内容	50cm四方のマス目でできた網を床に敷き、この網を踏まないようにゆっくり歩く運動です。歩くためのステップは、たくさん用意されており、脳の活性化や健康づくりの効果が期待できます。			
開催日	12/13(木)・20(木)	時間	10:30～12:00	
会場	学び交流センター	申込期間	申込不要	
申込み/ 問合せ	ふまねっとはまなす 永山さん	参加費	2回500円(1回のみ参加可) 持ち物:底の平らな上靴	
		対象・定員		
電話	74-7160	FAX	74-7160	Eメール
15	石狩市民「一般の部 手打ちそば講習会」			
内容	そば粉(8割)小麦粉(2割)を用いた、二八そば体験 (1)水回し (2)捏ね (3)延し (4)切りの4工程実施し、出来上がったそばは各自で持ち帰ります。温かいそばと冷たいそば2種の味比べを行います。			
開催日	12/15(土)	時間	10:00～13:00～	
会場	公民館	申込期間	12/1(土)～10(月)	
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	1,500円(材料費、そば持ち帰り含む) 持ち物: 三角巾、エプロン、手ぬぐい、持ち帰り容器	
		対象・定員	各10人(先着順)	
電話	64-0117	FAX	Eメール	
16	定期普通救命講習会			
内容	心肺蘇生法や異物除去、訓練用AEDを用いた講習会です。受講者には「普通救命講習修了証」をお渡しします。			
開催日	12/16(日)	時間	9:00～12:00	
会場	石狩消防署(花川北1-1)	申込期間	事前に電話申込 当日受付不可	
申込み/ 問合せ	石狩消防署警備課	参加費	無料 持ち物:筆記用具	
		対象・定員	中学生以上の市民または市内勤務者	
電話	74-7024	FAX	Eメール	
17	講演会「医療機関からみたひきこもり」			
内容	『社会的ひきこもり 終わらない思春期』の著者で精神科医の斉藤環氏の講演会です。【講師】医療法人社団爽風会 佐々木病院 診療部長 斎藤 環氏			
開催日	12/18(火)	時間	13:30～	
会場	りんくる	申込期間	～12/14(金)	
申込み/ 問合せ	こども相談センター	参加費	無料	
		対象・定員		
電話	72-3195	FAX	72-3071	Eメール k-soudan@city.ishikari.hokkaido.jp
18	【子育て】親子料理教室			
内容	みんなで楽しくクリスマスパーティーをしよう。デコレーション寿司、いちごのカップケーキなど。参加のお子さんにパンダナをプレゼント! 託児有り(1歳以上、10人まで)【講師】食生活改善推進員、市管理栄養士			
開催日	12/22(土)	時間	10:00～13:00	
会場	花川北コミセン	申込期間	～12/17(月)	
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	1組500円 持ち物:エプロン、三角巾、ハンドタオル、子ども用上靴、はし(お子さんはフォーク、スプーン)、筆記用具	
		対象・定員	4歳～就学前のお子さんと保護者15組(先着順)	
電話	72-3124	FAX	Eメール hokens@city.ishikari.hokkaido.jp	

「まちづくり出前講座」も市民カレッジの対象講座です。

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 72-3173

19	昆虫パラタクソニスト養成講座(初級)in石狩				
内 容	昆虫の分類の基本的なことを、実体双眼顕微鏡を使って行ないます。北大で人気の講座を石狩で開催！ 【講師】北海道大学総合博物館教授 大原 昌宏氏、北海道大学総合博物館研究員 稲荷 尚記氏				
開催日	12/22(土)・23(日) 全2回	時 間	10:00～16:00		
会 場	市民図書館	申込期間	12/1(土)～16(日)		
申込み/ 問合せ	いしかり砂丘の風資料館	参加費	無料 持ち物:筆記用具		
		対象・定員	小学5年生以上10人(先着順)		
電 話	62-3711	FAX	62-3711	Eメール	bunkazaih@city.ishikari.hokkaido.jp

1月以降開催の連携講座

1	健康づくり講座「冬太り解消教室」				
内 容	寒くて家にこもりがちな冬ですが、自宅でも簡単にできる運動や、基礎代謝を上げる食べ方など、太りにくい身体 の作り方をご紹介します。脂肪燃焼運動、ヘルシーメニューの調理実習、講義など。				
開催日	1/18・25、2/1・15・22(全て金曜)	時 間	10:00～12:00(2/1のみ調理実習のため13:00ま で)		
会 場	花川南コミセン	申込期間	～12/26(水) 定員になり次第、受付終了		
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	300円(全5回分)		
		対象・定員	74歳以下の運動に支障のない市民15人		
電 話	72-3124	FAX	75-2270	Eメール	kenkou@city.ishikari.hokkaido.jp
2	【子育て】ぴよぴよ広場				
内 容	子育てに関する学習と、同じ年齢の子を持つ親の仲間作りの場です。 講義「元気に子育てをするために」 講義「子育てコーチング」 実技「リラックスヨガと子育ての話」 講義「誕生学 いのちの話」 託児あり (就学前児童15人、費用別途)				
開催日	1/28 2/4 2/18 2/25(全て月曜)	時 間	10:00～12:00		
会 場	りんくる	申込期間	12/1(土)～(定員になり次第受付終了)		
申込み/ 問合せ	子育て支援課	参加費	140円(おやつ代)		
		対象・定員	市内在住の1歳半～3歳児と保護者15人		
電 話	72-3631	FAX	75-1340	Eメール	k-shien@city.ishikari.hokkaido.jp

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

聚富バドミントンジュニア全国へ、濃昼トレイル30K初開催、(厚田)くんせいと玄米いずし、
石狩美術協会創立記念展、紅葉山公園 秋2012、輪島市からの記念品受領、
第10回ワールドフェスタ、浜益ふじみやのどらやき…