

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（平成25年8月～）

問合せ：いしかり市民カレッジ事務局（市公民館内）TEL74-2249

いしかり市民カレッジ主催講座

No. 1	《講座7》地質・地震学から学ぶ北海道の災害史【プロフェッサーコース】				
内容	①歴史から学ぶ北海道の斜面災害 ②地質巡検～豊平川から石狩平野の生い立ちを探る ③日本海の地震と津波 【講師】①田近 淳 氏(北海道立総合研究機構地質研究所地域地質部長) ②岡 孝雄 氏(アースサイエンス株式会社常務取締役 元北海道立地質研究所地域地質部長) ③高橋 浩晃 氏(北海道大学大学院理学研究院附属地震火山研究観測センター准教授)				
開催日	①8/24(土) ②9/21(土) ③10/5(土)	時間	①③13:30～15:00 ②9:00～16:00		
会場	①③市民図書館 ②市公民館に集合(9:30)	申込期間	～8/9(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) ※②のみバス代別途1,000円、弁当・雨具・飲料水を持参		
		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

まちの先生企画講座

No. 1	《講座4》ハンドメイド				
内容	エコ・バンドで手作りのマイバッグを作ってみませんか。【講師】齋藤 美樹子 氏				
開催日	①9/12(木) ②10/3(木) ③10/17(木)	時間	10:30～12:00		
会場	市公民館	申込期間	8/1(木)～8/29(木)		
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) 材料費 ①500円～900円 ②1,000円 持ち物:ハサミ、木工用ボンド、洗濯バサミ		
		対象・定員	15人(申込多数時抽選、最少催行人数12人)		
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール	kouminkan@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 TEL72-3173

8月開催の連携講座

No. 1	【子育て】子育てのわらべ歌				
内容	絵本や紙芝居の読み聞かせもあります。小学生、おじいちゃん、おばあちゃんの参加も歓迎です。				
開催日	8/8(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ふくすけさん 岩本さん	参加費	無料 持ち物:水筒(飲み物)		
		対象・定員	—		
電話	011-764-1453	FAX	011-764-1453	Eメール	—

No. 2 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	8/8(木)・22(木) ※毎月第2・4木曜	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	月2回500円(1回のみ参加も可) 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	—
No. 3 夏休み親子手づくり木工教室					
内 容	廃材を利用して自由に木工品を作りましょう。				
開催日	8/9(金)・10(土)	時 間	9:30～12:00		
会 場	石狩市リサイクルプラザ	申込期間	8/1(木)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	無料 持ち物:軍手、前掛け		
		対象・定員	市内の小学生(保護者同伴) 各日10人(先着順)		
電 話	64-3196	FAX	64-3195	Eメール	recycle@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 4 夏休み親子ペットボトル教室					
内 容	ペットボトルを使用して風車などを作りましょう。				
開催日	8/9(金)・10(土)	時 間	9:30～12:00		
会 場	石狩市リサイクルプラザ	申込期間	8/1(木)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	無料 持ち物:空のペットボトル(500mlを2本)		
		対象・定員	市内の小学生(保護者同伴) 各日10人(先着順)		
電 話	64-3196	FAX	64-3195	Eメール	recycle@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 5 【子育て】あいぽーと散策と図書館のたまごの部屋でお話会					
内 容	あいぽーと周辺の自然や建物を探検してみよう。				
開催日	8/9(金)	時 間	11:00～12:00		
会 場	こども未来館「あいぽーと」、市民図書館	申込期間	要予約		
申込み/ 問合せ	子育て広場「りどるきっず」 (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	就学前のお子さんと保護者10組		
電 話	76-6688	FAX	—	Eメール	—
No. 6 社会教育委員と学ぶ市民講座①「地域の高齢化と高齢者の孤立を防ぐ活動」					
内 容	地域の現状や課題などについて、社会教育委員の皆さんと一緒に学びませんか。				
開催日	8/9(金)	時 間	14:00～16:00		
会 場	花川北コミセン	申込期間	要申込		
申込み/ 問合せ	社会教育課(石狩市公民館)	参加費	無料		
		対象・定員	—		
電 話	72-3173	FAX	74-2249	Eメール	manabee@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 7 いきいき元気塾～物忘れ予防教室					
内 容	物忘れについての知識と予防するための運動をいっしょにやりませんか? 【講師】安藤 卓 氏 (認知症ケア専門士・介護福祉士)、木村 基人 氏 (介護福祉士)				
開催日	8/10(土)・17(土)	時 間	10:00～12:00		
会 場	花川南コミセン	申込期間	～8/16(金)		
問合せ	介護老人保健施設オアシス21 川口さん・辻本さん	参加費	無料 持ち物:運動靴		
		対象・定員	—		
電 話	72-0021	FAX	—	Eメール	—

No. 8 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	8/11(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
No. 9 およこ de COOKING				
内容	火を使わないかんたんレシピを開発しよう！大学生に勉強を教わったり、大学を探検するなど、普段とは違う体験ができます。			
開催日	8/17(土)	時間	9:30～16:30	
会場	藤女子大学花川キャンパス(花川南4-5)	申込期間	～8/8(木) 氏名・年齢・住所・電話番号・アレルギーの有無を記載しFAX	
申込み/ 問合せ	藤女子大学人間生活学部食物栄養学科 隈元ゼミ 隈元(くまもと)さん ※月～金10:00～19:00		参加費	小学生1人500円 持ち物:エプロン、バンダナ、上靴、筆記用具、勉強道具(夏休みの宿題やドリルなど)、動きやすい服装
			対象・定員	市内在住の小学生と保護者
電話	090-6264-6005	FAX	74-8344	Eメール
No. 10 うつ病・自殺予防ゲートキーパー研修会(傾聴編)				
内容	ゲートキーパーとは、家庭や地域、職場などにおいて、身近な人の自殺を示すサインに「気づき」「声をかけ」、見守りや必要に応じて専門相談機関へつなぐ役割を担う人です。 ①うつ病の理解と自殺予防について ②相手の心に寄り添う傾聴とロールプレイ 【講師】①熊谷 福夫 氏(熊谷病院理事長) ②西田 葉子 氏(カウンセラー)			
開催日	8/17(土)	時間	①10:30～12:00 ②13:00～16:00	
会場	りんくる	申込期間	～8/14(水)	
申込み/ 問合せ	保健推進課		参加費	無料 持ち物:筆記用具、昼食
			対象・定員	20人
電話	72-3124	FAX	—	Eメール
No. 11 体験講座 サケ切身骨格標本をつくる				
内容	スーパーで売っているサケの切身から骨を取り出し、部分骨格標本を作ります。			
開催日	8/17(土)	時間	12:00～17:00	
会場	いしかり砂丘の風資料館	申込期間	8/1(木)～15(木)に電話申込	
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:サケ切身(なるべく骨が多く、焼くなど食べられる状態のもの)
			対象・定員	小学4年生以上10人(先着順)
電話	62-3711	FAX	62-3711	Eメール
No. 12 第45回石狩の古老に話を聞く会				
内容	石狩市本町在住の中島 勝久さんに「道央圏最古の俳句結社・石狩尚古社と中島家の俳人」のお話を聞きます。			
開催日	8/17(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
No. 13 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	8/18(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

No. 14 ウオー9(ク)の日イベント「川辺ウオーク」					
内容	昔のままの川筋が残る篠路川沿いは、自然豊かな水辺の植物を楽しみながら歩くことができます。 紅葉山南公園～篠路川遊歩道～紅葉山南公園(約8キロ)				
開催日	8/19(月) ※雨天中止	時間	10:00～12:00		
会場	集合:紅葉山南公園(緑苑台中央3-601)	申込期間	申込不要。直接集合場所へお越しください		
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、歩きやすい靴・服装		
		対象・定員	—		
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 15 いしかり食と農のカレッジ「蕎麦の収穫と蕎麦がきづくり」					
内容	竹内農園で蕎麦の刈り取りを体験した後は、蕎麦粉を使った「蕎麦がき」をいただきます。 【講師】竹内 吉明 氏、竹内 美恵子 氏				
開催日	8/19(月)	時間	10:00～13:00		
会場	竹内農園(八幡町5)	申込期間	～8/18(日)		
申込み/ 問合せ	竹内農園そば舎 竹内さん	参加費	1,500円(材料代)		
		対象・定員	20人(先着順)		
電話	72-4141	FAX	—	Eメール	—
No. 16 【子育て】離乳食教室					
内容	保育士による遊びの紹介、栄養士による離乳食の進め方の話、試食など ※託児希望者は申込時に応相談				
開催日	8/19(月)	時間	13:30～15:00		
会場	りんくる	申込期間	～8/15(木)		
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	無料 持ち物:バスタオル、ミルク、おむつなど普段の外出時の持ち物、母子健康手帳、子ども用スプーン		
		対象・定員	5～7カ月のお子さんと保護者20組(先着順)		
電話	72-3124	FAX	—	Eメール	hokens@city.ishikari.hokkaido.jp
No. 17 【子育て】ちょこセン～エクササイズ～					
内容	音楽に合わせてエクササイズをしましょう。				
開催日	8/20(火)	時間	①10:00～ ②11:00～		
会場	こども未来館「あいぽーと」	申込期間	要予約		
申込み/ 問合せ	子育て広場「りどるきっず」 (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 持ち物:動きやすい服装、タオル、飲み物		
		対象・定員	各回5人		
電話	76-6688	FAX	—	Eメール	—
No. 18 子ども達のフッ化物洗口 フッ素の副作用についての学習会					
内容	フッ化物洗口の安全性や副作用について学習します。【講師】堀 弘子 氏				
開催日	8/21(水)	時間	10:00～11:00		
会場	パストラル会館(樽川6-2)	申込期間	申込不要		
申込み/ 問合せ	子供達のフッ化物洗口を考える会 糟谷さん	参加費	無料		
		対象・定員	—		
電話	72-5039	FAX	—	Eメール	—
No. 19 ガーデニング講習会 庭の花々					
内容	①植栽の配置とカラーコーディネート ②秋が好適期・お花の土作り 【講師】元井 弘美 氏 (英国王立園芸協会日本支部 コンテナガーデニングマスター)				
開催日	8/22(木)	時間	①10:30～12:00 ②13:00～14:30		
会場	花川北コミセン	申込期間	氏名・住所・電話番号を明記しFAXで申し込み		
申込み/ 問合せ	小さな花園 元井さん	参加費	①1,000円(会場費、オリジナルテキスト) ②1,500円(土壌簡易測定付・pH・ec)		
		対象・定員	洋風ガーデニングをご希望の方 各15人		
電話	090-6213-3170	FAX	72-8397	Eメール	—

No. 20	石狩病院 市民公開講座				
内容	①「食事と健康」 ②「胆のうのお話」 【講師】①石狩病院・土居管理栄養士 ②石狩病院・外科部長・松村 将之医師				
開催日	8/24(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 医療公開講座窓口	参加費	無料		
		対象・定員	健康に関心のある石狩市民40人		
電話	74-8611	FAX	74-8614	Eメール	maw@ishikari-hosp.ecnet.jp
No. 21	いしかり食と農のカレッジ「石狩産小麦でうどん打ち」				
内容	石狩産小麦を使ってうどん打ちをします。初心者の方、大歓迎です。 【講師】山加製粉(株)スタッフ				
開催日	8/29(木)	時間	①10:00～12:00 ②13:00～15:00		
会場	山加製粉(株)(新港西1-771-3)	申込期間	～8/28(水)		
申込み/ 問合せ	山加製粉(株)	参加費	2,500円(うどん4人分お持ち帰り)		
		対象・定員	①、②とも各5人(先着順)		
電話	75-9811	FAX	75-9855	Eメール	—
No. 22	【子育て】ママとこねこねピザ作り				
内容	親子で楽しくピザ作り				
開催日	8/30(金)	時間	10:00～13:00		
会場	こども未来館「あいぽーと」	申込期間	要予約		
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	500円 持ち物:エプロン、三角巾、おしぼり、飲み物、持ち帰り用タッパ		
		対象・定員	2歳以上(一緒に作業のできるお子さん)とママ5組		
電話	76-6688	FAX	—	Eメール	—
No. 23	体験講座 ミニチュア「縄文の木のおつわ」を作ろう				
内容	石狩紅葉山49号遺跡から出土した木のおつわをもとに、ミニチュアで木のおつわを作りながら、縄文時代の木の文化について学びます。(同じ内容で2回開催) 【講師】片岡 祥光 氏 (WOOD LANDER'S 木那)				
開催日	8/31(土)	時間	①10:00～12:00 ②14:00～16:00		
会場	いしかり砂丘の風資料館	申込期間	8/1(木)～24(土)に電話申込		
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:軍手、汚れてもよい服装(エプロンなど)		
		対象・定員	小学生以上(小学生は保護者同伴)各10人(先着順)		
電話	62-3711	FAX	62-3711	Eメール	bunkazaih@city.ishikari.hokkaido.jp

●体育協会「スポレク出前講座」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 (公財)石狩市体育協会 電64-1220 FAX64-1222 メールi-sports@crocus.ocn.ne.jp

9月以降開催の連携講座

No. 1	体験講座 勾玉(まがたま)作り				
内容	勾玉とは、古代の人々が石などで魔除け、装身具等として身につけていたものです。磨き上げないと出てくる模様がわからないモザイクという種類の滑石を使って勾玉を作ります。				
開催日	9/8(日)	時間	10:00～12:00		
会場	いしかり砂丘の風資料館 (屋外で作業、雨天時は資料館内)	申込期間	8/1(木)～9/5(木)に電話申込		
申込み/ 問合せ	いしかり砂丘の風資料館	参加費	500円(材料費・保険料) 持ち物:天候に合わせた服装、大きめのレジ袋		
		対象・定員	小学生以上(低学年は保護者同伴)25人(先着順)		
電話	62-3711	FAX	62-3711	Eメール	bunkazaih@city.ishikari.hokkaido.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

「あつたの森支援の会」活動開始、カワセミ、第1回はまなすフェスティバル、
 厚田区スポーツと食の体験、第1回あいかせとしょかんまつり、カワセミ 子育てに悲劇が！
 「はまますピリカビーチ」オープン、石狩湾新港中央水路地区耐震強化岸壁供用式、
 いしかり博物誌番外編、厚田小学校ふるさと学習（以上7月末までアップ予定含む）