

「あい風通信 ～お知らせ版～」



いしかり市民カレッジ講座（平成23年5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2) 日本・北海道の畑作史～畑作日本一への軌跡				
内容	畑作4品といわれる馬鈴薯、てん菜、麦類、豆類について、実際に見学を交えて学び、北海道の「食」についての知識を深めませんか。 日本・北海道の畑作史～麦類・豆類 日本・北海道の畑作史～馬鈴薯・てん菜 中央農業試験場見学 【講師】佐藤 久泰 氏(北農会農業技術コンサルティングセンター幹事・技術士)ほか				
開催日	5/14(土) 6/11(土) 7/15(金)	時間	13:00～14:30 9:00～13:00		
会場	市民図書館 は市公民館集合	申込期間	～5/8(日)		
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内)		参加費	カレッジ生1,200円、一般1,500円(3回分) はバス代として別途1,000円が必要	
			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
2	いしかり市民カレッジ(講座3) 村山耀一さんと歩く「石狩歴史散歩～石碑が語る先人の足跡」				
内容	石狩市郷土研究会会長・村山耀一氏の案内で、市内にある石碑をバスで巡り、郷土の歴史を学びます。 本町、弁天社、砂丘の風資料館を訪ねて 南線地区、了恵寺の碑を訪ねて 生振地区の碑を訪ねて 浜益、雄冬地区の碑を訪ねて				
開催日	5/27(金) 6/3(金) 6/17(金) 7/8(金)	時間	9:00～12:30 は14:00まで、 は17:00まで		
会場	市公民館集合	申込期間	～5/13(金)		
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内)		参加費	カレッジ生1,600円、一般2,000円(4回分) とはそれぞれ入館料別途240円が必要。 昼食は各自持参	
			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
3	いしかり市民カレッジ(講座4) 田中 實さんが語る「いしかりの歴史発見」				
内容	かつて、石狩を訪れた外国人がいたことや、石狩浜にアメリカ軍の上陸演習場が計画されたことなど、多くの人々に知られていない石狩の歴史を学びます。 石狩に来た外国人～クラーク博士が石狩で缶詰を試作 はまなすが守った石狩浜のアメリカ軍演習場 【講師】田中 實 氏(石狩市郷土研究会顧問)				
開催日	6/15(水) 6/29(水)	時間	10:30～12:00		
会場	花川北コミセン	申込期間	～6/1(水)		
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内)		参加費	カレッジ生800円、一般1,000円(2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

5月には、次の「いしかり市民カレッジ」主催のシリーズ講座も開催されます。
受講される方はお忘れなく。 申込みは終了しています。

講座1 杉浦篤子さんと美術を楽しむ 「アートって何？」

5/10(火) 10:30～12:00 市公民館 5/24(火) 10:30～12:00 市民図書館

まちの先生企画講座

1 (講座1) 舌を鍛えて若々しさと健康を				
内容	舌の筋力の衰えは、誤嚥(ごえん)やろれつが回らないなどの原因の一つでもあります。舌や顔の筋肉を鍛えて、いつまでも若々しい生活を送りましょう！ 正しい舌の位置を覚えましょう 舌の運動をしましょう 顔の表情筋運動をしましょう 【講師】相馬 絵梨 氏(ボイストレーナー)			
開催日	5/30(月) 6/6(月) 6/20(月)	時間	10:30 ~ 12:00	
会場	市公民館	申込期間	~ 5/16(月)	
申込み/ 問合せ	いしかり市民カレッジ事務局(市公民館内)	参加費	カレッジ生1,200円、一般1,500円(3回分) 持ち物:筆記用具、手鏡(飲み水は適宜)	
		対象・定員	20人(申込多数時抽選)	
電話	74-2249	FAX	74-2249	Eメール
				kouminkan@city.ishikari.hokkaido.jp

5月開催の連携講座

1 体のゆがみ直しウォーキング				
内容	体のゆがみを正しい姿勢とウォーキングで健康な状態に改善しましょう。 一人一人の状態をチェックしてアドバイスします。 【講師】原ヒロコピューターウォーキングスクール代表 原 弘子氏			
開催日	5/6・20、6/3・17(すべて金曜)	時間	10:00 ~ 11:30	
会場	学び交流センター	申込期間	各日2日前まで	
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	1回2,100円 持ち物:上靴、タオル、飲み物	
		対象・定員	市民10人	
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール
				sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
2 ふまねっと運動教室				
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	5/12(木)	時間	10:30 ~ 12:00	
会場	花川北コミセン	申込期間	~ 5/11(水) 氏名、住所、電話番号をファクスで連絡	
申込み/ 問合せ	ふまねっとはまなす 永山さん	参加費	300円 持ち物:底の平らな靴	
		対象・定員	15人(先着順)	
電話	74-7160	FAX	74-7160	Eメール
3 【子育て】学びのひろば「プチガーデニング」				
内容	植物を植えて家族で春を感じましょう。			
開催日	5/12(木)	時間	10:30 ~	
会場	こども未来館「あいぼーと」	申込期間	定員になり次第締め切り	
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)	参加費	1,000円 持ち物:汚れても良い服装、シャベル、ゴム手袋、45リットルのごみ袋1枚(持ち帰り用)	
		対象・定員	乳幼児をもつ保護者の方10人(先着順)	
電話	76-6688(月~土 祝除く)10~16	FAX		Eメール
4 リサイクルプラザ講座「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	5/12(木)・13(金)・14(土)	時間	9:30 ~ 11:00	
会場	リサイクルプラザ	申込期間	5/6(金)9:00 ~ 電話で申し込み	
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ	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 月曜・ 祝日休館	FAX		Eメール

5 廃棄物学特別講義 - 循環型社会を創る -					
内 容	第4回(5/12)ごみの有料化と減量化施策 第6回(5/26)金属資源の循環利用技術 第8回(6/16)人間の行動と地域環境活動 第10回(6/30)廃棄物とグリーン化学 第12回(7/14)バイオマスの資源化技術 第14回(7/28)環境にやさしいリサイクル・ごみ処理とは 第15回(8/4)廃棄物処理をどう評価するか(ベンチマークの考え方と持続可能性評価)		第5回(5/19)建設業における廃棄物利用 第7回(6/9)環境配慮型の製品設計技術 第9回(6/23)市民参加と政策受容 第11回(7/7)家畜ふん尿の処理と利用 第13回(7/21)最終処分場の役割と問題点		
	第1～3回は終了 第1回(4/14)廃棄物処理の歴史と処理技術の進展 第3回(4/28)経済学的手法、経済分析		第2回(4/21)リサイクル制度と環境政策		
開催日	毎週木曜日		時 間	16:30～18:00	
会 場	北海道大学工学部B11講義室 (札幌市北区北13条西8丁目)		申込期間	受講する講義の1週間前まで	
申込み/ 問合せ	北海道大学工学系事務部教務課 学生支援担当		参加費	14,000円(5回以上受講の場合) / 1回3,000円	
			対象・定員	一般市民・定員なし	
電 話	011-706-6707	FAX	011-706-6141	Eメール	k-gaksei@eng.hokudai.ac.jp
6 石狩浜マクンベツ湿原 野鳥と花の観察会					
内 容	マクンベツ湿原と石狩川河口の野鳥や草花を観察して自然に親しみます。 【講師】石狩鳥類研究会 樋口 孝城 氏 ほか				
開催日	5/14(土)		時 間	9:00～15:00(9:00石狩市役所集合)	
会 場	マクンベツ湿原・石狩浜		申込期間	～5/11(水)	
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター		参加費	高校生以上300円、中学生以下100円 持ち物:昼食、筆記用具、お持ちの方は双眼鏡、動きやすい服装(雨具・防寒着は適宜)	
			対象・定員	小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 30人(先着順)	
電 話	60-6107	FAX	60-6146	Eメール	ihama@city.ishikari.hokkaido.jp
7 定期普通救命講習会					
内 容	心肺蘇生(そせい)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	5/15(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	
8 【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	5/16(月)		時 間	13:30～15:00	
会 場	りんくる		申込期間	～5/12(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
9 ガーデニング講習会					
内 容	お花や土壌の基礎知識と、多年にわたり育むガーデニングを学ぼう! 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 元井 弘美				
開催日	5/18(水)		時 間	19:00～20:45	
会 場	花川南コミセン		申込期間	～5/16(月)	
申込み/ 問合せ	元井さん(ファクスで申し込み)		参加費	300円	
			対象・定員	20人	
電 話		FAX	72-8397	Eメール	

10 リサイクルプラザ講座「廃材木工講座」				
内 容	3種類の中から好きな講座を選択してください。 魚干しストッカー ダックスティッシュボックス		昨年受講された方はご遠慮ください。 折りたたみ式花台	
開催日	5/19(木)・28(土) 5/21(土)・26(木)	5/20(金)・27(金)	時 間	9:30～15:00(昼食持参) 9:30～12:00
会 場	リサイクルプラザ		申込期間	5/6(金)9:00～電話で申し込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ		参加費	1,000円 500円
			対象・定員	各日5人(先着順)
電 話	64-3196 月曜・ 祝日休館	FAX		Eメール
11 菊作り研修会				
内 容	大菊三本仕立て・小菊の管理についての研修など			
開催日	5/21(土)		時 間	13:00～16:00
会 場	南1条会館(花川南1-2)		申込期間	申込不要・直接会場へ参加
申込み/ 問合せ	石狩植物愛好会 瀬野さん		参加費	無料
			対象・定員	
電 話	74-0229	FAX	74-0229	Eメール
12 いしかり市民セミナー 「すこやかな暮らしのために」～前立腺がんは血液検査で早期発見を～				
内 容	近年患者数が増加している前立腺がんは早期発見・早期治療が可能な病気です。 石狩病院院長・森川満先生(泌尿器科医師)がその治療そして検査についてわかりやすくお話しします。			
開催日	5/21(土)		時 間	14:00～15:00
会 場	花川北コミセン		申込期間	申込不要・直接会場へ参加
申込み/ 問合せ	石狩病院 地域医療連携室		参加費	無料
			対象・定員	健康に関心のある石狩市民50人程度
電 話	74-8611	FAX	74-8614	Eメール
13 【子育て】両親教室				
内 容	出産・育児の話、赤ちゃんをお風呂に入れる練習、お父さんの妊婦疑似体験など			
開催日	5/22(日)		時 間	10:00～12:00
会 場	りんくる		申込期間	～5/18(水)
申込み/ 問合せ	保健推進課		参加費	無料 持ち物:母子健康手帳、バスタオル、タオル、ガーゼハンカチ
			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
14 【子育て】地引網に行こう！				
内 容	大型バスに乗って、石狩浜で地引網を体験しましょう！			
開催日	5/26(木)		時 間	9:15～13:00
会 場	石狩浜(雨天時は小樽総合博物館)		申込期間	5/2(月)～
申込み/ 問合せ	地域子育て支援センター「えるむ」		参加費	無料 持ち物:お弁当、おやつ、飲み物、敷物、タオル、長袖上下、魚を入れる袋
			対象・定員	1歳半以上のお子さんと保護者25組(先着順)
電 話	71-2013	FAX		Eメール
15 リサイクルプラザ講座「布ぞうり作り講座」				
内 容	布ぞうりを作ります。			
開催日	5/27(金)・28(土)		時 間	9:30～12:00
会 場	リサイクルプラザ		申込期間	5/6(金)9:00～電話で申し込み
申込み/ 問合せ	リサイクルプラザ		参加費	300円 持ち物:古着(浴衣・バスタオルなど) 古着がなくても参加可
			対象・定員	各日5人(先着順)
電 話	64-3196 月曜・ 祝日休館	FAX		Eメール

16 海辺の風景再発見フォーラム いのちあふれる石狩湾～海と海辺、魅力とこれからを語る～					
内容	基調講演 「石狩湾、海の中の世界～海の生きものたちの映像講座～」 ダイビングショップゼムハウス代表 藤田 尚夫 パネルディスカッション 「魅力とこれからを語る」 パネラー いしかり砂丘の風資料館学芸員 志賀 健司 「漂着物～海から陸への手紙～」 NPO 法人ねおす理事長,ぶなの森自然体験学校運営委員長 高木 晴光 「海はぼくらのお母さん、海や海辺は遊び場、そして先生！…海浜体験型環境教育の石狩へ」 北海道大学大学院農学研究院助教 松島 肇 「石狩海岸の保全と将来に向けて」 コーディネーター 作家 横松 心平				
開催日	5/29(日)	時間	14:00～17:00		
会場	かでの2・7 4F大会議室 (札幌市中央区北2西7 道民活動センター)	申込期間	要申込		
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター	参加費	無料		
		対象・定員	150人		
電話	60-6107	FAX	60-6146	Eメール	ihama@city.ishikari.hokkaido.jp
17 第1回石狩いきいきウォーキング					
内容	海色を感じながら、ゆったりと歩きませんか。 本町地区では、ウォークラリー・お楽しみ抽選会などの楽しい企画を用意してお待ちしています。				
開催日	5/29(日)	時間	8:30～12:30		
会場	石狩湾新港東ふ頭～観光センターの約5km りんくる1階ロビー集合 バス送迎あり	申込期間	～5/18(金)		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	300円(ウォーキング手帳をお持ちの方は無料) ウォーキングポールを先着50人に無料貸出		
		対象・定員	100人(先着順)		
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp
18 【子育て】寄せ植え講座					
内容	寄せ植え講座				
開催日	5/31(火)	時間	10:00～		
会場	えるむの森保育園(花川東93-5)	申込期間	5/2(月)～		
申込み/ 問合せ	地域子育て支援センター「えるむ」	参加費	500円 託児あり(無料)		
		対象・定員	15組(先着順)		
電話	71-2013	FAX		Eメール	
19 エンジョイウォーキング モニター募集					
内容	約6カ月間、自分のペースで歩いていただき、ウォーキングによる健康増進効果を検証します。 期間中は楽しく継続できるよう、全面的にサポートします。体力づくりやダイエットにもお役立てください。 体力・身体測定、実技講習、健康相談、屋外ウォーキングなど				
開催日	5/31(火) 6/4(土) 6/14(火) 7/12(火) 9/6(火) 10/25(火) 11/15(火)	時間	10:00～12:00		
会場	りんくる(2回目のみ北コミ)	申込期間	5/2(月)～5/20(金)		
申込み/ 問合せ	スポーツ健康課	参加費	300円		
		対象・定員	健康のためにウォーキングにチャレンジしたい 30～69歳の市民30人(申込多数時選考)		
電話	72-6123	FAX	75-2270	Eメール	sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

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。

体育協会では、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

6月以降開催の連携講座

1 スッキリ！健康ダイエット教室				
内 容	自宅ですぐにできる運動、ヘルシーメニューの調理実習、講義など			
開催日	6/1・8・15・22・29(すべて水曜)	時 間	10:00～12:00 6/8は調理実習のため13:00まで	
会 場	花川南コミセン	申込期間	～5/20(金)	
申込み/ 問合せ	保健推進課	参加費	500円	
		対象・定員	74歳以下の運動に支障のない市民 20人(先着順)	
電 話	72-3124	FAX		Eメール
				hokens@city.ishikari.hokkaido.jp
2 大人の水泳教室				
内 容	大人初心者コース(毎週土曜、全8回) ナイト初心者コース(毎週月曜、全7回) ナイト水中運動コース(毎週木曜、全8回) 平泳ぎコース(毎週水曜、全8回) バタフライコース(毎週金曜、全8回)			
開催日	6・7月	時 間	12:30～13:30 19:30～20:30 9:45～10:30	
会 場	市民プール	申込期間	5/1(日)～26(木)に費用・印鑑を持参し申し込み	
申込み/ 問合せ	市民プール	参加費	6,400円 5,600円	
		対象・定員	10人(先着順) 最低開講人数5人	
電 話	74-6611	FAX		Eメール
3 【親子】親子スイミング				
内 容	親子でスキンシップをとりながら、保護者の方のシェイプアップを図ります。			
開催日	6/4～7/23の毎週土曜(全8回)	時 間	9:45～10:30	
会 場	市民プール	申込期間	5/1(日)～26(木)に費用・印鑑を持参し申し込み	
申込み/ 問合せ	市民プール	参加費	6,400円	
		対象・定員	6カ月～3歳未満のお子さんと保護者 10組(先着順) 最低開講人数5組	
電 話	74-6611	FAX		Eメール
4 自然観察会「海辺の風景再発見の旅」				
内 容	石狩海岸をバスでめぐり、地形や成り立ち、動植物など自然に触れながら学び、魅力を再発見します。			
開催日	6/25(土)	時 間	9:00～16:00 (集合:9:00札幌駅北口バスターミナル(解散16:00)、または9:30石狩市役所(解散15:30))	
会 場	石狩浜	申込期間	～6/19(日)	
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター	参加費	高校生以上300円、中学生以下100円 持ち物:昼食、動きやすい服装、帽子、雨具	
		対象・定員	小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 40人(先着順)	
電 話	60-6107	FAX	60-6146	Eメール
				ihama@city.ishikari.hokkaido.jp
5 自然環境調査体験「海辺の草原生き物調査隊」				
内 容	海浜植物群落に暮らす小型ほ乳類や昆虫類の生息状況を調査し、石狩海岸の自然の豊かさ、命のつながりを発見します。			
開催日	7/31(日)	時 間	9:00～16:00 (集合:9:00札幌駅北口バスターミナル(解散16:00)、または9:30石狩市役所(解散15:30))	
会 場	石狩浜	申込期間	～7/24(日)	
申込み/ 問合せ	石狩浜海浜植物保護センター	参加費	高校生以上300円、中学生以下100円 持ち物:昼食、動きやすい服装、帽子、雨具	
		対象・定員	小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 30人(先着順)	
電 話	60-6107	FAX	60-6146	Eメール
				ihama@city.ishikari.hokkaido.jp