

5/30(火)~6/1(木)

**知ろう山菜生標本ロビー展**

**内容** 本物の山菜展示、山菜事故防止啓発(山菜と似ていて毒のある植物を並べて展示)、クマゲラ活動PR、山菜と毒草の見分け方などの説明を各日2回開催  
**時間** 10時~16時 ※最終日15時まで  
**講師** いしかり森林ボランティア クマゲラ  
**場所・問合せ** 市民図書館(花川北7・1)  
☎72・2000

5/31(水)

**アートウォームカフェ ほわぼわ**

**おたのしみの日**

うたや、パネルシアター、絵本の読み聞かせなどを予定。おいしいハーブティーや手作りケーキもあります。ぜひ遊びに来てください。申込不要。カフェの飲み物の注文をお願いします。  
**時間** 11時~  
**場所** アートウォームカフェ ほわぼわ(花畔1・1・56)  
**問合せ** 宮田さん☎090・8636・2004

6/1(木) ※ほか7回

**エンジョイスports教室**

**内容** 快汗エアロピクス+αエクササイズ  
**対象** 市内在住・在勤の方  
**日時** 6/1・8・22・29、7/6・13・20・27 全て木曜19時~20時30分  
**場所** B&G海洋センター(花畔337・4)  
**講師** フィットネスインストラクター 山田 泰子氏  
**持ち物** タオル、飲料水、運動用ウェア、室内用スポーツシューズ  
**定員** 40人(申込順)  
**費用** 1人1回400円(別途入館料100円)  
※来館時にその都度徴収  
**申込期限** 5/22(月)  
**申込・問合せ** (公財)石狩市体育協会  
☎64・1220

6/1~H30/3/29 ※毎週木曜

**らくらく運動教室**

椅子に座っての運動を中心に、楽しく無理のない範囲で頭と体を使い、日常生活で必要な筋肉の維持や強化を図ります。  
**対象** ご自分で会場まで来られる65歳以上の市民で、普段運動をしていない方や足腰の筋力低下を自覚している方など  
**時間** ①10時~11時30分 ②13時30分~14時30分 ③15時~16時  
**場所** ①八幡コミセン(八幡2・332) ②りんくる(花川北6・1) ③花川南コミセン(花川南6・5)  
**講師** 健康運動指導士  
**持ち物** 運動靴、タオル、飲み物、運動しやすい服装  
**定員** 各会場25人(申込多数時抽選)  
**費用** 月1,000円  
**そのほか** お近くの会場1カ所を選択。健康状態などにより参加できない場合あり  
**申込期間** 5/8(月)~17(水)  
**申込・問合せ** 高齢者支援課 ☎72・7017

5/27(土) ※荒天中止

**石狩いきいきウォーキング in 本町**

弁天会館から石狩灯台を回り、はまなすの丘公園を歩いて弁天会館に戻ってくる約6kmのウォーキング。浜辺を歩いてステキな石狩を再発見しませんか? ウォーキング後には石狩の特産品が当たる抽選会、番屋の湯で温泉入浴も!  
**対象** 市民  
**時間** 8時45分~13時50分  
**集合場所** りんくる(花川北6・1)  
※会場までバス送迎あり  
**持ち物** 運動しやすい服装、飲み物、タオル、ポイントカード、着替え ※ポイントカードがない方は受け付け時に交付します  
**定員** 40人(申込順)  
**費用** 中学生以上650円、小学生以下350円、65歳以上600円  
**申込期限** 5/19(金)  
**申込・問合せ** スポーツ健康課  
☎72・6123



5/28(日)

**自然観察会**

~厚田、浜益の自然巡り~

厚田、浜益に広がる山々と海が織りなす自然豊かな場所を巡り、春の草花を観察します。  
**対象** 小学生以上 **時間** 9時~16時  
**集合場所** 8時45分に市役所駐車場(花川北6・1)  
**講師** 自然観察指導員 若松 隆氏、ふるさと自然塾 石井 滋朗氏  
**持ち物** 昼食、飲み物、敷物、帽子、上着、雨具、筆記用具、お持ちの方は双眼鏡(少数貸し出しあり)、運動靴、虫除け対策  
**定員** 30人(申込順)  
**費用** 大人300円、中学生以下100円  
**申込期間** 5/1(月)~25(木)  
**申込・問合せ** 環境保全課☎72・3269  
☎75・2275

5/30(火)

**厚田学・浜益学講座**

**第1回「浜益の歴史とまち歩き」**

厚田・浜益の産業、歴史、自然などを「現地で学ぶ講座」シリーズの1回目。今回は早春の浜益をまち歩きし、荘内藩ハママシケ陣屋跡とはまます郷土資料館で地元の方から歴史にまつわるお話を聞きます。  
**対象** 市民 **費用** 無料  
**時間** 10時~12時30分  
**場所** 浜益区内 ※送迎バスあり。市役所8時30分発、厚田支所9時20分発  
**講師** 佐藤 睦さん、二本柳 辰男さん  
**持ち物** 外を歩きやすい服装、雨天時は雨具  
**定員** 20人(申込多数時抽選)  
**申込期間** 5/1(月)~15(月)  
**申込方法** 連絡先を明記の上申し込み  
**申込・問合せ** 厚田生涯学習課  
☎78・2250 ☎78・1034  
☎a-syougai@city.ishikari.hokkaido.jp  
浜益生涯学習課☎79・2114 ☎79・2350  
☎h-syougai@city.ishikari.hokkaido.jp

5/21(日)

**学習会「20基の大型風車がやってくる!」**

3つの風力発電所の大型風車20基は石狩市に何をもたらすのでしょうか?  
**時間** 18時30分~20時30分  
**場所** 花川北コミセン(花川北3・2)  
**講師** 石狩湾岸の風力発電を考える石狩市民の会代表 安田 秀子氏ほか  
**費用** 300円(資料代)  
**問合せ** 安田さん☎74・6198

5/24(水)

**いしかり食と農のカレッジ**

**うかたまグループ「今すぐ食と保存食」**

石狩産の素材で手作り豆腐を作り、レモンの利用も考えます。  
**時間** 10時~13時  
**場所** 花川南コミセン(花川南6・5)  
**講師** うかたまリーダー・醸しにすと 村上 孝子氏  
**持ち物** エプロン、三角巾、布巾、筆記用具ほか  
**定員** 20人(申込順)  
**費用** 1,000円(予定) ※希望者は別料金でレモン酢持ち帰り可  
**申込期間** 5/8(月)~19(金)  
**申込・問合せ** うかたまグループ 村上さん☎090・6262・5633  
☎christmasrose@m3.dion.ne.jp

5/27(土) ※雨天決行

**いしかり森林ボランティア クマゲラ**

**春の森を歩こう「山菜教室」**

春の山を歩いて自然の息吹を感じながら、山菜採り体験や山歩きのコツを学びませんか。山菜の見分け方教室も行います。  
**時間** 8時30分~14時45分  
**集合場所** 市役所北側駐車場(花川北6・1)、厚田公園キャンプ場、千年の森、望来コミセン ※バス移動  
**講師** いしかり森林ボランティア クマゲラ  
**持ち物** 昼食、飲み物、雨具など野外行動できる服装、長靴、包丁(小刀)  
**定員** 30人 **費用** 800円(保険代)  
**申込方法** 氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を記載しファクスで申し込み  
**申込期限** 5/23(火)  
**申込・問合せ** 関さん☎74・4502

5/27(土)・28(日)

**石狩浜海浜植物保護センター**

**自然案内人養成講座**

**内容** 石狩浜自然概論、植物観察実習、ガイドと体験教室の手法  
**対象** 高校生以上で、2日間受講できる方  
**時間** 9時30分~16時  
**講師** いしかり海辺ファンクラブ 内藤 華子氏ほか  
**持ち物** 筆記用具、動きやすい服装、長靴  
**定員** 15人 **費用** 無料  
**申込期限** 5/26(金)  
**場所・申込・問合せ** 石狩浜海浜植物保護センター(弁天町48・1)☎60・6107  
☎60・6146 ※火曜休館

6/27(火)



いしかり市民カレッジ 主催講座4

### 躍動する石狩湾新港～北電LNG火力発電所の建設現場を訪ねて～

北電ではLNG(液化天然ガス)を用いた火力発電所を現在石狩湾新港に建設中です。LNG火力発電所は、発電効率が高く二酸化炭素などの排出量が少ない環境特性に優れた発電法です。工事中だからこそ見えてくる場所が多くあります。建設工事中の発電所本体およびLNGタンク(2基)の2カ所を見学します。

時間 10時～12時

場所 フィールドワーク・市民館(花川北6・1)

定員 40人(申込多数時抽選)

費用 受講料500円、カレッジ生400円

申込期限 6/13(火)

申込・問合せ いしかり市民カレッジ運営委員会(市民館内) ☎74・2249

※平日9時～17時

①6/29(木) ②7/6(木)



いしかり市民カレッジ 主催講座5

### 「坂と歴史の港町・小樽の歴史的建物を訪ねて」

内容 ①浜益・厚田教室 ※浜益区・厚田区の市民対象 ②石狩教室

時間 ①8時～18時 ②9時～17時

場所 フィールドワーク①浜益コミセンきらり(浜益区浜益630・1)・厚田保健センター(厚田区厚田45・5) ②市民館(花川北6・1)

講師 ①②小樽市総合博物館学芸員 菅原 慶郎氏

定員 各40人(申込多数時抽選)

費用 受講料500円、カレッジ生400円

昼食・施設使用料 ①1,380円 ②1,850円

申込期限 6/15(木)

申込・問合せ いしかり市民カレッジ運営委員会(市民館内) ☎74・2249

※平日9時～17時

### 石狩ハイスンプ会

【SAPICA(サピカ)と交換】

満貼台紙3冊+現金で300円で無記名SAPICA1枚を事務所で交換。

日時 5/1(月)10時～

定員 5人(1人1枚、先着順)

【廃天ぶら油回収します】

事務所や回収店に持参の方に廃油500ml、1本につき石狩ハイスンプシールを1枚差し上げます。 ※回収店は事務所までお問い合わせください

【共通事項】

場所・問合せ 石狩ハイスンプ会事務局(花川南2・2) ☎72・4575

※平日10時～16時

6/15(木)

### 浜益温泉入浴送迎

高齢者の健康増進と温泉の利用促進を目的に、浜益温泉までバスを運行します。

対象 70歳以上の市民(厚田区、浜益区の方を除く)

時間 9時～17時 定員 42人(申込順)

場所 浜益温泉(浜益区実田254・4)

持ち物 タオルなど 費用 入浴料金250円

そのほか 乗車時間などは後日お知らせ

申込期間 5/1(月)～26(金)

申込・問合せ 高齢者支援課 ☎72・7014

6/17(土)

### 第9回緑苑台チャンピオン大会

緑苑台パークゴルフ場利用者年間チャンピオンを決める大会です。副賞など多数用意!

対象 緑苑台パークゴルフ場利用者

時間 7時30分～12時(予定)

場所 緑苑台パークゴルフ場(緑苑台中央3・602)

持ち物 クラブ・ボール(100円で貸し出しあり)

定員 60人 費用 800円

申込方法 緑苑台パークゴルフ場にある申込簿に記入

申込期限 6/11(日)

申込・問合せ (公財)石狩市体育協会施設管理グループ ☎64・1220

6/25(日)まで開催中 ※毎週火曜休館

### テーマ展 プラスチックの中の海辺

貝やタコなどの海辺の生き物を樹脂で固めて、生きているような姿で保存した標本を展示。アオイガイやオウムガイ、中身はどうなってる!?

時間 9時30分～17時

費用 入館料大人300円、中学生以下無料

場所・問合せ いしかり砂丘の風資料館(弁天町30・4) ☎62・3711

①6/10(土) ②17(土) ③24(土)



いしかり市民カレッジ

まちな先生企画講座1

### スマホで楽しむ趣味のアート写真術

スマートフォンを使って、マクロ写真(超近写)など驚くようなアート写真を撮る方法や撮った写真の楽しみ方、観せ方を学びます。

内容 ①カメラ機能とスマホレンズを使いこなそう ②野外で小さな世界を写そう ③撮った写真をプリントして楽しもう

時間 10時30分～12時

場所 ①③市民館(花川北6・1)

②花川北コミセン(花川北3・2)

講師 白島 徹氏

定員 各20人(最少催行人数10人、申込多数時抽選)

費用 受講料1,500円、カレッジ生1,200円(全3回分)、材料費1,600円程度(専用付属品、1回目に幹旋)

そのほか 各回ごとの受講も可

申込期限 5/26(金)

申込・問合せ いしかり市民カレッジ運営委員会(市民館内) ☎74・2249

※平日9時～17時

6/12(月)

### 市民初心者パークゴルフ教室

内容 実技・マナーなどの教室

時間 13時～15時30分

場所 緑苑台パークゴルフ場(緑苑台中央3・602)

講師 石狩パークゴルフ協会

持ち物 クラブ・ボール(100円で貸し出しあり)

定員 30人 費用 プレー代300円

申込方法 緑苑台パークゴルフ場、シーサイドみなくパークゴルフ場にある申込簿に記入

申込期限 6/3(土)

申込・問合せ 石狩パークゴルフ協会

事務局長 沢口さん ☎74・0804



## 5月のソフトボール情報

はまなす国体記念石狩市スポーツ広場で開催される各種大会などをお知らせします。

場所 はまなす国体記念石狩市スポーツ広場(花畔337・3)  
問合せ スポーツ健康課 ☎72・6123

5/3(水・祝)～5(金・祝)	平成29年度高体連札幌支部高校女子ソフトボール春季大会
5/21(日)	第39回春季ソフトボール大会
5/23(火)～25(木)	第69回全日本高等学校女子ソフトボール選手権大会札幌支部予選会
5/23(火)～25(木)	第52回全日本高等学校男子ソフトボール選手権大会札幌支部予選会
5/30(火)・31(水)	トヨタ自動車女子ソフトボール部公開練習

### あのトヨタ自動車女子ソフトボール部が石狩に来ます!

昨年、日本女子ソフトボール部リーグで優勝したトヨタ自動車「レッドテリアーズ」が5/30(火)・31(水)に、はまなす国体記念石狩市スポーツ広場ソフトボール球場で公開練習を行います。トッププレイヤーの技術を間近で見られるチャンスです。ぜひ球場にお越しください!



モニカ・アポット投手