

イベントの参加、  
実施は十分な  
感染対策を!



# イベントカレンダー

児童館の  
行事は  
こちらで  
チェック!



▲ 該当する場合は、掲載をお断りします・営利目的の販売・勧誘、宗教、政治活動・公の秩序を乱すような内容・広く市民に周知する内容と認められないとき

## 19~11/16の毎週水曜 ※全5回

### スポーツ塾 からだケア教室

内容 バランス能力、体幹筋力アップ、体の引き締め

対象 原則50歳以上の方

時間 ①15時~15時45分 ②16時~16時45分

場所 B&G海洋センター(花畔337・4)

講師 柔道整復師 鍼灸師 田中文恵氏ほか

持ち物 室内用運動靴、飲み物 費用 500円

定員 各20人(申込順) 申込期限 12(水)

申込・問合せ (公財)石狩市体育協会

☎64・1220 ☎64・1222

✉i-sports@crocus.ocn.ne.jp

## 22(土)

### みんなのMaMarche -ママルチェ-

ワークショップの体験や、いろいろな分野で活躍  
する方の活動発表など、楽しい交流の場です。

時間 10時~16時 費用 体験料500円~

場所 やわらぎ斎場石狩(花川南8・3)

申込方法 ワークショップや体験は予約優先

申込先 インスタグラム

@minnano\_mamarche

DMより

問合せ Home touch 日沼さん

☎090・1643・2610



MINNANO.MAMARCHE

## 23(日) ※荒天中止

野外講座

### 石狩ビーチコマーズ/秋の海辺の漂着物

秋の石狩浜で、南の海からやって来た漂着  
物を観察・採集して、正体と起源を考えます。

対象 小学4年生以上 時間 9時~13時

持ち物 長靴、ポリ袋など 定員 20人(申込順)

申込期間 1(土)~21(金)

集合場所・申込・問合せ いしかり砂丘の風資料館

(弁天町30・4) ☎62・3711 ※火曜休館

## 25(火)

### ①マイナンバーカード申請講座

### ②マイナポイント申請講座

時間 ①10時30分~11時30分

②13時30分~14時30分

持ち物 スマホ ※②はマイナンバーカードも

申込期間 3(月)~14(金)の11時~18時

場所・申込 ソフトバンク石狩手稲通(花川南9・1)

☎74・8787

問合せ 行政改革・DX推進課 ☎72・3159

## 26(水)

### 手芸講座 テーブルクロス

古着・古布でパッチワーク風のテーブルクロ  
ス(32cm×100cm)を作ります。

時間 9時~12時 定員 5人(申込順)

費用 500円 申込期間 1(土)9時~

場所・申込・問合せ リサイクルプラザ

(新港南1・22) ☎64・3196 ※月曜・祝日休館

## 13(木)~ ※ほか6回

### スマホ教室

対象 スマホの扱いに不慣れな方

日程 ①13(木) ②18(火) ③20(木) ④27(木)

⑤11/1(火) ⑥11/8(火) ⑦11/10(木)

時間 午前の部:10時30分~11時30分

午後の部:13時30分~14時30分 ※⑥は午前のみ

場所 ①②③④⑦花川北コミセン(花川北3・2)

⑤⑥ソフトバンク石狩手稲通(花川南9・1)

申込期間 3(月)~14(金)の11時~18時

申込 ソフトバンク石狩手稲通 ☎74・8787

問合せ 行政改革・DX推進課 ☎72・3159

## 15(土) ※雨天決行

### 第14回 ガーデニング講習会

公園の花壇に球根などを植え込みます。

対象 市民 定員 10人

時間 10時30分~11時30分

集合場所 紅葉山公園 管理棟前(花川北2・3)

持ち物 筆記用具、シャベル、汚れてもいい服装

申込期限 11(火)

申込・問合せ 石狩総合管理協同組合

☎76・2233 ※平日9時30分~17時

## 15(土)

### 第5回 ひろくるマンスリーコンサート

オペラ歌手とピアニストの夫婦デュオ「ひろくる」  
によるライブ。テーマは「秋のメロディーに浸る」。

時間 14時~16時 定員 60人

場所 学び交流センター(花川北3・3)

費用 1,000円(全席自由)、学生以下(おやつ付き)100円

申込・問合せ Arts@Local 今野さん

☎090・1306・3836

## 16(日)

### 石狩市民吹奏楽団 第4回定期演奏会

3年ぶりの開催です。ドラゴンクエストや  
Official髭男dismの曲などを演奏します!

時間 13時30分~(13時開場)

場所 花川北コミセン(花川北3・2)

費用 300円、小学生以下無料

販売 NPO法人石狩市文化協会事務局 ☎75・1288

問合せ 石狩市民吹奏楽団 清水さん

☎090・9436・8338

## 17(月)

### ファミサポ 出前こっこひろば

内容 絵本の読み聞かせ、わらべうた遊び

※当日会員登録可

時間 ①10時30分~11時45分

②12時45分~14時

場所 パストラル会館(樽川6・2)

定員 各5組 ※要予約。当日予約可

申込期間 3(月)~

申込・問合せ いしかりファミリー・サポート・センター

☎72・5552 ※平日9時~17時

## 1~30の土・日・祝日 ※小雨決行

### 弁天歴史公園ガイドツアー 秋編

弁天社など公園周辺を秋の話題を交えてご  
案内します。

時間 11時~12時 定員 10人(申込順)

集合場所 弁天歴史公園 連上屋棟前(弁天町38)

講師 いしかりガイドボランティアの会 会員

持ち物 飲み物、必要な場合は雨具

問合せ (-社)石狩観光協会

野村さん ☎62・4611

## 5(水)~7(金)

### 環境生活パネル展

地球を取り巻く環境問題・私たちにできる  
SDGsを考えてみませんか?

時間 9時30分~21時(初日10時~、最終日16時まで)

場所 花川南コミセン(花川南6・5)

問合せ 札幌第三友の会

中川さん ☎080・1897・9843

## ①8(土) ②22(土)・29(土)

アートウォームカフェほわぼわ

### ①いっしょにあそび

### ②みんな集まれ! ハロウィン★カフェ

内容 ①わらべうたや絵本の読み聞かせなど

②店内がハロウィン仕様に☆ 仮装での来店も大歓迎!

対象 ①乳幼児と保護者 ②どなたでも

時間 ①11時~11時15分 ②10時30分~15時

(L.O.14時30分)

場所 アートウォーム(花畔1・1)

そのほか 飲み物の注文をお願いします

問合せ 子育て支援ワーカーズぽけっとママ

宮田さん ☎090・8636・2004

## 10(月・祝) ※雨天中止

### 第14回 元気スポーツフィールド in 石狩

内容 濃嵐山道(厚田区)のトレッキング

対象 市内在住または通勤・通学する高校生以  
上の方

時間 7時~ 定員 50人 費用 1,000円

集合場所 B&G海洋センター(花畔337・4)

※バス送迎

申込方法 3(月)までに申込先にある申込書兼

誓約書を提出

申込・問合せ (公財)石狩市体育協会

(〒061-3218 花畔337・4) ☎64・1220

## 13(木)

### ハマナスHealthyタイム

ハマナス苗の移植、鉢の植え替え、除草など  
再生園の作業と海浜植物のお話。

時間 10時~12時 持ち物 園芸用手袋、長靴

定員 10人 申込期限 12(水)

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

※10時~16時、火曜休館

11/8(火) ※ほか4回



まちの先生企画講座4

### 初心者向け健康吹矢

集中力を高め腹式呼吸で矢を射るスポーツです。

**内容** ①吹矢ってなあに? ②基本の動作  
③吹矢のための呼吸法 ④練習 ⑤総仕上げ  
**日時** ①11/8(火) ②11/15(火) ③11/22(火)  
④11/29(火) ⑤12/6(火) 10時30分~12時  
**場所** 花川北コミセン(花川北3・2)  
**講師** (一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会  
公認指導員 南波修平氏  
**定員** 15人(申込多数時カレッジ生優先の抽選)  
※全て出席できる方  
**費用** 1回一般700円・カレッジ生500円、  
マウスピース代500円  
**申込期限** 25(火)  
**申込・問合せ** いしかり市民カレッジ運営委員会  
(社会教育課内) ☎☎74・2249 ※平日9時~17時

①11/18(金) ②11/25(金) ③12/9(金)



まちの先生企画講座5

### 生振の今昔話し

生振で生まれ育ち、入植3代目の講師が先人より聞いたことや体験などを話します。

**内容** ①生振の始まり~愛知団体の入植地~  
②その後の生振~昭和の時代~  
③市職員時代の私の話  
**時間** 13時30分~15時  
**場所** 花川北コミセン(花川北3・2)  
**講師** 臨済宗 春光寺住職 前川英信氏  
**定員** 30人(申込多数時カレッジ生優先の抽選)  
**費用** 1回一般700円・カレッジ生500円  
**申込期限** 11/3(木・祝)  
**申込・問合せ** いしかり市民カレッジ運営委員会  
(社会教育課内) ☎☎74・2249 ※平日9時~17時

### 第67回 石狩市民文化祭

詳細は今月号の折込チラシをご覧ください。

**日程** ①3(月)~16(日) ②17(月)~30(日)  
③8(土)・9(日)  
**場所** ①②アートウォーム(花畔1・1)  
③花川北コミセン(花川北3・2)  
**問合せ** 石狩市民文化祭実行委員会  
(NPO法人石狩市文化協会) ☎75・1288

### 石狩ハイスタンプ会

【SAPICA(サピカ)と交換】

満貼台紙3冊+現金300円で無記名SAPICA1枚を事務局で交換。  
**日時** 3(月)9時~  
**定員** 5人(1人1枚、先着順)  
**場所・問合せ** 石狩ハイスタンプ会事務局  
(花川南2・2) ☎72・4575 ※平日9時~12時

### ソフトボール大会情報

**所** スポーツ広場(花畔337・3)  
**問** スポーツ健康課 ☎72・6123



9(日) 第5回  
北海道ソフトボール愛好者大会  
16(日) 第44回秋季ソフトボール大会

27(木)

### 認知症カフェ みなカフェはなちゅう

ミニ講話を聴いたり、おしゃべりをしたり自由に過ごせます。

**対象** 認知症の方、ご家族の方など  
**時間** 13時30分~15時30分  
**場所** ココロホーム石狩病院前食堂(花川北3・3)  
**問合せ** 花川中央地域包括支援センター  
☎77・6371

28(金)・29(土)

### 包丁とき講座

家庭で切れなくなった包丁を自分で研ぎ、リサイクルします。

**時間** 9時30分~11時  
**持ち物** 包丁(3丁まで)、タオル  
**定員** 各5人(申込順)  
**費用** 500円  
**申込期間** 1(土)9時~  
**場所・申込・問合せ** リサイクルプラザ  
(新港南1・22) ☎64・3196 ※月曜・祝日休館

29(土) ※小雨決行、荒天延期

### 庭木冬囲い講習会

**対象** 市民  
**時間** 10時~12時  
**集合場所** 紅葉山公園 管理棟前(花川北2・3)  
**持ち物** 剪定はさみ、軍手  
**定員** 10人  
**申込期限** 25(火)  
**申込・問合せ** 石狩総合管理協同組合  
☎76・2233 ※平日9時30分~17時

29(土)

### 石狩灯台一般公開&ライトアップ

灯台内部を一般公開し、日没後にはライトアップ! はまなすの丘公園ビジターセンターでは「厚田のぶたまん」の特別販売も!

**時間** 12時~19時 ※ライトアップは日没~  
**場所** 石狩灯台(浜町29)、  
はまなすの丘公園  
ビジターセンター(浜町29・1)  
**問合せ** (一社)石狩観光協会  
☎62・4611



31(月)~11/4(金)

市役所ロビー展

**石狩ふれあい・ほっと館介護センター展**  
**時間** 9時~17時(初日10時~、最終日16時まで)  
**場所** 市役所1階ロビー(花川北6・1)  
**問合せ** 社会教育課 ☎72・3173

11/5(土)・16(水)

### 要約筆記体験教室

耳の不自由な方の役に立ちたい方、初心者も大歓迎です。

**対象** 市内在住または通勤・通学する高校生以上の方  
**時間** 10時~12時 ※両日同じ内容。2回受講可  
**場所** 学び交流センター(花川北3・3)  
**持ち物** 筆記用具 **定員** 各10人  
**申込期限** 26(水)  
**申込・問合せ** 障がい福祉課 ☎72・3194

26(水)

### 手話カフェ

手話でのおしゃべりを体験できます。

**時間** 10時~11時  
**場所** 市役所1階喫茶コーナー(花川北6・1)  
**協力** 石狩聴力障害者協会会員  
**問合せ** 北海道手話通訳問題研究会道央支部  
石狩班 神原さん ☎090・6213・2113

26(水)

### 子宮頸がんワクチンについての学習会

DVDを視聴して学びます。ほかのワクチンについても質問できます。

**時間** 10時~12時  
**場所** 花川北コミセン(花川北3・2)  
**問合せ** フッ素と食品添加物学習サークル  
(生活クラブ生協いしかり支部サークル)  
糟谷さん ☎080・4505・7907

26(水)

### 手話フラダンス体験会

ハワイのフラダンスのハンドモーションと、日本の手話を融合させた新しいダンスです。

**時間** 10時30分~11時45分  
**費用** 500円  
**場所** 学び交流センター(花川北3・3)  
**持ち物** 動きやすい服装、飲み物  
**申込・問合せ** フラ&ウクレレ パーアニウル  
小林さん ☎080・3231・3284  
✉pua\_nani\_5\_sapporo@yahoo.co.jp

26(水)

### 若者のひきこもりについてのセミナー

40歳くらいまでのひきこもりの方への基本的な理解や、経験者の話を聞きます。個別相談会も開催。

**対象** 市内でひきこもりの状態にある方、その家族  
**時間** 18時~19時30分  
**場所** 市民図書館(花川北7・1)  
**講師** NPO法人ジェルメ・まるしえ理事長  
新田大志氏  
**持ち物** 筆記用具  
**定員** 20人

**申込期間** 3(月)10時~25(火)19時までの平日

**申込・問合せ** 石狩市ひきこもりサポートセンター  
☎77・5763  問合せフォーム▶

27(木)

### 「みつろうラップ」を作ってみよう!

繰り返し使える「みつろうラップ」を作りながら、地球にやさしい暮らしを一緒に考えてみませんか?

**時間** 10時~12時  
**場所** 花川南コミセン(花川南6・5)  
**講師** 生活クラブサスティナブル委員  
**定員** 10人(申込順)  
**費用** 200円(材料費)  
**そのほか** 託児あり  
**申込期間** 3(月)~15(土)  
**申込・問合せ** 生活クラブ第一センター 梶さん  
☎011・665・1010 ☎011・665・2325