講座情報冊子

令和7年 7月・8月

道民カレッジ事務局
〒060-0002札幌市中央区北2条西7丁目道民活動センタービル9階
電話：011-204-5780　FAX：011-281-6664
Mail：college@manabi.pref.hokkaido.jp

講座を受講される方へのお願い

- 中止・延期
- 定員人数の変更
- 申込方法、申込期限の変更　など

掲載している情報が変更になっている場合があります。
　講座を受講される場合には、あらかじめ主催者に確認を行うようお願いいたします。

　なお、掲載されていない講座についても単位認定することができます。手帳の単位欄に１時間１単位で記入してください。

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
1	**大人のためのBUNKAアシストカレッジ**	2025/04/01 (火)～2025/09/30 (火) 水曜日～金曜日 ※曜日・時間各自自由選択（予約制）	10:00～16:00	1ヵ月6時間	大人のためのオープンカレッジ。受講生は洋裁初心者から自分のデザインをブランド化したい人まで。	なし	北海道文化服装専門学校札幌市豊平区豊平4条8丁目1-7	開始日：2025/04/01 (火) 随時募集	電話,FAX,Eメール,はがき,その他(来校)	6時間 4,800円（税込）入学金5,000円	北海道文化服装専門学校	011-811-0101 011-811-0105
2	**どんなお仕事？歯科衛生士！！**	2025/04/01 (火)～2025/09/30 (火)	10:00～16:00 上記の間で約1時間	全1回	歯科衛生士は人々の歯や口腔の健康を守る重要なお仕事です。 ※応相談(R6.12とR7.2は除く) 平日のみ10：00～16：00までの間で約1時間	応相談	小樽歯科衛生士専門学校小樽市稲穂2丁目1番14号	開始日：2025/04/01 (火) 随時受付	電話,FAX,Eメール(出前授業も相談可能す。)	応相談	小樽歯科衛生士専門学校	0134-27-3001 0134-27-3018 otaru-dh@satum.plala.or.jp
3	**歯科衛生士・歯科技工士の仕事って？**	2025/04/01 (火)～2025/09/30 (火) 随時相談	1時間程度（要相談）1回のみ	全1回	歯科衛生士・歯科技工士の仕事って？ ※要望により随時対応可能	応相談	札幌歯科学院専門学校札幌市中央区南7条西10丁目1034番地	随時受付	電話,Eメール	応相談	札幌歯科学院専門学校	011-511-1885 011-511-1902 sds-info@dnet.or.jp
4	**日本神話・神社前期講座**	2025/05/09 (金)～2025/07/04 (金)	13:30～15:00	5回	『古事記』の神話を読み込みながら、日本の神々の神話を学び、あわせて関連する神社についても学びます。	12名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
5	**ヨガ入門前期講座**	2025/05/10 (土)～2025/08/30 (土)	10:00～11:00	10回	普段の生活にヨガを取り入れて、毎日を健康的に過ごせるよう学びます。	15名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
6	**笑顔をつなぐフォークダンス前期講座**	2025/05/10 (土)～2025/06/07 (土)	10:30～12:00	5回	初めての方も踊れる曲を中心に、世界各国のフォークダンスを楽しく踊ります。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
7	**和楽器～お琴に挑戦！講座**	2025/05/10 (土)～2025/06/21 (土)	13:30～15:00	7回	琴を通して、和楽器の魅力を学びます。	5名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料4,300円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
8	**楽しいズンバ前期講座**	2025/05/13 (火)～2025/07/15 (火)	13:30～14:30	10回	ラテン系の音楽とダンスを融合させたエクササイズを年齢層に合わせたリズムで学びます。	20名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
9	**童謡と叙情歌を楽しく歌う講座**	2025/05/13 (火)～2025/12/02 (火)	10:30～11:30	8回	学生時代に歌った昔懐かしい童謡や叙情歌をみんなで楽しく歌います。	15名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,600円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
10	**リズムウォーキング前期講座**	2025/05/14 (水)～2025/07/16 (水)	10:30～11:30	10回	リズムに合わせて体を動かすことで心地よい汗をかき、体脂肪を燃焼させ、快適な健康づくりを学びます。	20名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
11	**いろんなチーズを味わって楽しむ講座**	2025/05/20 (火)～2025/10/07 (火)	12:30～14:00	6回	チーズの基礎知識を学び、味わいながら、世界の様々なチーズの特徴、食卓への取り入れ方などを学びます。／材料費 毎回3,000円／チーズ工房見学代10,000円	7名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,200円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
12	**自宅でできる簡単な運動講座**	2025/05/21 (水)～2025/10/29 (水)	18:30～19:30	10回	年齢や体力に合わせた、体にやさしいストレッチで健康な体作りを学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
13	**手を圧して全身改善！指ヨガ講座**	2025/05/27 (火)～2026/01/13 (火)	10:30～11:30	5回	呼吸を意識して凝り固まった手の指などを刺激し、揉みほぐすことで、肩こりなどを解消することを学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
14	**就職のためのパソコン講座「ワード」8回コース**	2025/06/06 (金)～2025/08/01 (金) 7/18休み	18:30～20:00	連続8回	就職を目指す人が、パソコン技術（ワード）をじっくりと身につけるための少人数制の講座です。	6名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/05/08 (木)	電話,HP,直接会場	無料	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
15	**自分でできる足裏マッサージ講座**	2025/06/10 (火)～2025/12/09 (火)	10:30～12:00	7回	自分の足を自分でもんだりし、健康改善、健康管理につなげる簡単な体操を併せて学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,400円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
16	**かわいい手編み講座**	2025/06/18 (水)～2025/08/06 (水)	13:30～15:30	8回	初心者の方でも参加できるように、針の持ち方など基礎から学ます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料5,700円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
17	**身近にある人権を考えてみよう講座**	2025/06/19 (木)～2025/07/17 (木)	10:30～11:30	2回	毎日の生活に関わってくる、助け合い・思いやり・思い込みや偏見をなくすことの大切さなどを学びます。	12名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料400円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
18	**ABCから始める英会話講座**	2025/06/19 (木)～2025/09/11 (木)	18:15～19:45	12回	初めての方を対象に、基礎から丁寧に指導します。外国人講師の英語にふれながら、会話など楽しく学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,400円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
19	**はじめていける季節の生け花講座**	2025/06/20 (金)～2025/12/19 (金)	13:30～14:30	7回	初めての方でもできる季節の生け花の手法を学び、お花の名前なども併せて学びます。（花代 毎回1,600円：12月分のみ2,600円	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,400円／	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
20	**おとなの手習い筆ペン講座**	2025/06/20 (金)～2025/08/01 (金)	10:00～12:00	7回	手紙や慶弔袋の表書きなど、筆ペンを使って実生活に役立つ筆文字を学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,900円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
21	**卓上織機で小物づくり講座**	2025/06/24 (火)～2025/09/16 (火)	13:30～15:30	6回	草木で染めた糸を使い、卓上織機でマフラーやコースターを織り、手織りの楽しさを学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料4,700円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
22	**北海道医療大学　認知症を学ぶ・感じる講座**	2025/06/25 (水)～2025/11/26 (水)	10:00～11:30 初回（6月25日）のみ 10:00～12:00	6回	認知症に関して学ぶ講座です。詳細は、本学ホームページにてご確認ください。	各回40名（先着順）	北海道医療大学札幌サテライトキャンパス札幌市中央区北4条西5丁目	2025/04/15 (火)～2025/11/12 (水)	電話,その他	各回500円（※6/25のみ2,000円）全6回申込：受講料3,000円	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
23	**オノディとバーチャル旅行（海外編・国内編）講座**	2025/06/27 (金)～2025/07/11 (金)	13:30～15:00	3回	講師がこれまで訪れた国々について、実体験からの「旅」の楽しみ方について学びます。	20名	まちづくりセンター「みんくる」滝川市栄町3丁目6-28	開始日：2025/04/01 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料600円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
24	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話1**	2025/07/02 (水)	13:30～15:30	全5回	数奇な航海歴：信濃丸	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
25	**簡単に描けるいやしのパステルアート講座**	2025/07/02 (水)～2025/09/03 (水)	10:30～12:00	3回	初心者でも始めやすいパステルアートの描き方を学びます。	8名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,100円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
26	**ゆっくりたのしく書に親しもう！講座**	2025/07/02 (水)～2025/10/29 (水)	13:30～15:00	8回	落ち着いた気持ちで、正しく美しい文字を書くことを目標に、書道の基本を初歩からゆっくり学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料3,600円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
27	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/02 (水)	開始時刻：14:00	1回	転ばない足腰に！　～100歳まで骨折知らず～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
28	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/02（水）	開始時刻：15:00	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～　足の動脈硬化編 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
29	**札幌東徳洲会病院ｵﾝﾗｲﾝ医療公開講座（7月）**	2025/07/02（水）	10:00～ 配信期間 7/16 23:59まで	1回	いつまでもおいしく食べるために～お口の老化を予防しよう！～ コワイ食中毒の話	なし	【オンデマンド配信】	事前申込み制 申込締切　7/16 9:00	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
30	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/02（水）	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】入院患者に起こるせん妄　予防と対策 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
31	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/03（木）	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】北海道初！Hybrid ER～HERSって何するところ？～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
32	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/03（木）	開始時刻：14:00	1回	あなたの耳は大丈夫？～耳寄りな耳の話～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
33	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/03（木）	開始時刻：15:00	1回	理想的なメガネってなに？ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
34	**特別編 講師と歩く自然散歩 20252「三木昇さんと　森歩き♪」**	2025/07/03（木）	10:30～ 14:20	1回	三木さんと一緒に森を歩きできるチャンス！普段とは違う視点で森歩きしましょう♪	20名	百松沢北海道札幌市南区小金湯124		電話,FAX,Eﾒｰﾙ	2,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
35	**農福連携と地域共生社会【ｵﾝﾗｲﾝ受講も可】**	2025/07/05（土）	10:30～ 12:00	全1回	障害や生きにくさを抱える人々の活躍の機会となる農福連携の実際と可能性を全国の事例を踏まえて考えます。	なし	星槎道都大学北広島市中の沢149	開始日： 2024/05/07 (火) ｵﾝﾗｲﾝ受講を希望の方は7/3(木)まで	電話,FAX,HP	無料（ｵﾝﾗｲﾝ受講も可）	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
36	**eスポーツを体験してみよう！**	2025/07/05 (土)	10:30～12:00	全1回	ゲーミングPCを使って、最近流行のeスポーツを体験します。ゲームが初めてでも気軽に参加してください。	5名	星槎道都大学北広島市中の沢149	開始日：2025/05/07 (水) 先着順	電話,FAX,HP	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
37	**第2回　深川市民公開講座**	2025/07/05 (土)	10:00～11:30	1回	演題「表計算ソフトExcelの具体的な活用」	50名（先着順）	拓殖大学北海道短期大学　パソコン室深川市メム4558	終了日：2025/07/03 (木)	電話,Eﾒｰﾙ,その他(市公式LINE)	無料	深川市教育委員会　生涯学習スポーツ課	0164 - 26 - 2343 gakuspo@city.fukagawa.lg.jp
38	**ゼロからはじめる楽しいオカリナ講座**	2025/07/05 (土)～2025/11/15 (土)	13:30～15:00	10回	オカリナの奏でる音色は人々の心をとらえます。オカリナを吹いて楽しむ時間、余暇の楽しみ方を学びます。	8名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
39	**フラを楽しく踊ろう講座**	2025/07/05 (土)～2025/08/02 (土)	10:00～11:30	5回	年齢問わずに気軽に踊れるように、初心者向けのハワイアン・ミュージックに合わせ基礎から学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
40	**旭川ウェルビーイング・コンソーシアム，旭川市教育委員会共催：あさひかわオープンカレッジ（1）**	2025/07/05 (土)	13:30～15:30	1回	「人生案内」～かけがえのない日々の生活のなかから～	40名	シニア大学講座室旭川市1条通8丁目	開始日：2025/06/09 (月)	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,直接会場(手話通訳が必要な方は、早めに申込みの上その旨伝えてください。)	資料代500円(学生・生徒は無料)	一般社団法人旭川ウェルビーイング・コンソーシアム	0166-26-0338 0166-26-0338 awbcsns2013@gmail.com
41	**台湾華語入門講座（日中コース）**	2025/07/06 (日)～2025/08/03 (日) 毎週日曜日	13:30～15:30	3回	台湾中国語の入門と文化講座で、発音や文法、旅行表現を学びます。	10名	室蘭工業大学室蘭市水元町27番1号	未定	FAX,Eﾒｰﾙ,HP	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
42	**帯広市民大学講座　第9集　帯広川で野鳥観察**	2025/07/06 (日)	09:30～11:30	1回	帯広市民大学講座　第9集　帯広川で野鳥観察	先着30名	治水の森公園周辺帯広市東15条南4丁目		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
43	**田んぼで生き物をさがそう**	2025/07/06 (日)	10:00～12:00	1回	田んぼの中の生き物をさがし、観察、スケッチ等を行います。	なし	菅原農園札幌市南区石山6区	2025/06/07 (土)～2025/07/06 (日) 事前申込	電話,その他(ショートﾒｰﾙ（保護者名・子供の氏名・年齢・交通機関利用の有無を明記）)	一家族300円	北海道自然観察協議会	090-3897-9762

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
44	**第3回　きっちり4泳法マスターコース**	2025/07/07 (月)～2025/09/01 (月)	10:30～12:00	10回	背泳ぎ・クロール・平泳ぎを25m程度泳げる方を対象に、4泳法のスキルアップを目指します。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/23 (月)～2025/07/02 (水)	直接会場	受講料5,000円 別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
45	**アンガーマネジメント講座（初心者編）**	2025/07/08 (火)	18:30～20:00	1回	アンガーマネジメントを初めて学ぶ方向けの内容となります。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター札幌市中央区北5条西5丁目7番地	随時受付	電話,FAX,Eメール,HP	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
46	**からだの中から健康に　薬膳料理教室1**	2025/07/08 (火)	10:00～12:00	1回	家庭での食事に薬膳料理を取り入れ、漠然とした不調を緩和させ、健康な体作りに役立てましょう。	12名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/06/10 (火)	電話,HP,直接会場	材料費1,500円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
47	**道民カレッジ・まなびカフェin わっかない（1）**	2025/07/08 (火)	14:00～16:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター（風～るわっかない）稚内市富岡1丁目1-2	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
48	**新渡戸遠友リビングラボ建設・運営支援　「連続講座」（1）**	2025/07/08 (火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「新渡戸稲造先生と佐藤昌介先生の友情」?岩手県南部人が北海道で築いた開拓魂?	40名	愛生舘サロン札幌市中央区南1条西5丁目8番地	当日会場で	直接会場	1,000円（道民カレッジ生・大学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
49	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/08 (火)	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】手術室ってどんなとこ？ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
50	**北海道医療大学　漢方・薬用植物研究講座③**	2026/01/25 (日)	14：30～16：30	1回	漢方や薬用植物、自然との調和についての講演と観察会を行います。（認定薬剤師単位付与希望者：1回　1,500円）	100名（先着順）	北海道医療大学札幌サテライトキャンパス札幌市中央区北4条西5丁目	2025/04/15 (火)～2026/01/11 (日)	電話,その他	一般500円	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
51	**第5回　深川市民公開講座**	2025/11/01 (土)	10:00～11:30	1回	演題「学びをあきらめない社会へ－不登校・夜間中学・成人の学びから地域の未来を考える－」	50名	拓殖大学北海道短期大学　101教室深川市メム4558	終了日：2025/10/30 (木)	電話,Eメール,その他(市公式LINE)	無料	深川市教育委員会　生涯学習スポーツ課	0164-26-2343 gakuspo@city.fukagawa.lg.jp
52	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/08 (火)	開始時刻：14:00	1回	肺がんについて～診断から最新の治療まで～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
53	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/08（火）	開始時刻：15:00	1回	食中毒と感染症検査～見えない敵（微生物）を知ろう～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
54	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/09（水）	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】認知症を予防しよう！ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
55	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/09（水）	開始時刻：14:00	1回	正しいブラッシング法について～むし歯と歯周病～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
56	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/09（水）	開始時刻：15:00	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～ 虚血性心疾患編 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
57	**札幌東徳洲会病院ｵﾝﾗｲﾝ医療公開講座（7月）**	2025/07/09（水）	10:00～ 配信期間 7/23 23:59まで	1回	外来における下部内視鏡検査の流れ 手術の前には何が必要！？	なし	【オンデマンド配信】	事前申込み制 申込締切　7/23 9:00	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
58	**道民カレッジ・まなびカフェin わっかない（2）**	2025/07/09（水）	10:00～12:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター（風～るわっかない）稚内市富岡1丁目1-2	随時受付	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
59	**帯広市民大学講座　第10集　道路構造物のメンテナンスについて**	2025/07/09（水）	14:30～16:00	1回	帯広市民大学講座　第10集　道路構造物のメンテナンスについて	先着40名	とかちプラザ4階講習室401帯広市西4条南13丁目1番地		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
60	**シニアライフのレクリエーション　「楽しく体を動かそう」**	2025/10/25（土）	10:00～12:00	1回	チャレンジ・ザ・ゲーム体験	20名	社会福祉総合センター３階第３会議室札幌市	実施日の4日前まで募集	電話,FAX	400円	札幌レクリエーション協会	090-1385-3385 011-694-0726
61	**道民カレッジ・まなびカフェin わっかない（３）**	2025/07/10（木）	10:00～12:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター（風～るわっかない）稚内市富岡1丁目1-2	随時受付	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
62	**帯広市民大学講座　第11集　アイヌの着た靭皮衣 -特別企画展「アイヌ工芸品展　アットゥ?と太布」を終えて-**	2025/07/10 (木)	14:30～16:00	1回	帯広市民大学講座　第11集　アイヌの着た靭皮衣	先着50名	とかちプラザ2階視聴覚室帯広市西4条南13丁目1番地		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
63	**想いを筆で伝える”伝筆”前期講座**	2025/07/10 (木)～2025/11/13 (木)	10:00～11:30	5回	字を書くのが苦手な方でも、コツさえ覚えれば可愛くて暖かさが伝わるアートのような文字を学びます。	15名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料3,500円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
64	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/10 (木)	開始時刻：14:00	1回	胃がんリスク層別化検査って何？ABC検診で胃がんリスチェック～胃がんのリスクが血液検査でわかる？！	なし	北区民センター　2階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
65	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/10 (木)	開始時刻：15:00	1回	医療費軽減に役立つ！高額療養費制度～マイナンバーカードの活用について～	なし	北区民センター　2階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
66	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/11 (金)	開始時刻：14:00	1回	「痛い場所」だけじゃない！？画像検査で見つかる様々な病気と早期受診の重要性	なし	中央区民センター2階集会室札幌市中央区南3条西11丁目	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
67	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/11 (金)	開始時刻：15:00	1回	寝ているだけではダメですか？～睡眠と睡眠時無呼吸のはなし～	なし	中央区民センター2階集会室札幌市中央区南3条西11丁目	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
68	**第3回　市民水泳教室　午前の部**	2025/07/11 (金)～2025/09/02 (火)	10:30～12:00	10回	水泳初心者の方から、平泳ぎを希望する方までを指導いたします。	40名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/24 (火)～2025/07/04 (金)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
69	**第3回　市民水泳教室　午後の部**	2025/07/11 (金)～2025/09/02 (火)	18:30～20:00	10回	水泳初心者の方から、バタフライを希望する方までを指導いたします。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/24 (火)～2025/07/04 (金)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
70	**第3回　ウォータービクス教室**	2025/07/11 (金)～2025/09/02 (火)	13:30～14:30	10回	音楽に合わせてリズミカルに体を動かす、水中でのエアロビクス教室です。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/24 (火)～2025/07/04 (金)	直接会場	受講料5,400円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
71	**地理院地図を使って、今と昔の地図を比べてみよう！**	2025/07/12（土）	10:30～12:00	全1回	Webブラウザで使えるデジタルの地理院地図を使い様々な地図を見ていきます。PC初心者も安心の手軽さ。	30名	星槎道都大学北広島市中の沢149	開始日：2025/05/07（水）定員に達するまで	電話,FAX,HP	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
72	**沖縄を日本のハワイにしよう！**	2025/07/12（土）	13:00～14:30	全1回	美しい海と豊かな森林自然を持つ世界有数のリゾート地、沖縄。森岡毅氏の「沖縄テーマパーク構想」とは？	30名		開始日：2025/05/07（水）定員に達するまで	電話,FAX,HP	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
73	**特別編 「蛾に注目する自然散歩！」**	2025/07/12（土）	19:00～21:00	1回	大人の虫の観察会。蛾を探して観察。蛾の魅力を堪能しましょう。	20名	旭山記念公園北海道札幌市中央区界川4丁目1?3		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
74	**KASIWAOKAウオーク**	2025/07/13（日）	10:00～12:00	1回	明治時代の建材として使用された「札幌軟石」の歴史と「柏丘」の地質学的な特性などについて学ぶ。	10人	北海道青少年会館札幌市南区真駒内柏丘7丁目8-1	随時	電話,FAX,Eメール,HP	2,200円	株式会社　スポートピア北海道青少年会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y-abe@sportpia.co.jp
75	**シニアライフのレクリエーション　「楽しく体を動かそう」**	2025/07/13（日）	13:30～15:30	1回	リズムダンスで運動します	20名	社会福祉総合センター３階第2会議室札幌市	実施日の4日前まで募集	電話,FAX	400円	札幌レクリエーション協会	090-1385-3385 011-694-0726
76	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/14（月）	開始時刻：14:30	1回	お酒と健康	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
77	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/14（月）	開始時刻：15:00	1回	ジェネリック医薬品 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
78	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/14（月）	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】老後の住まいの選択肢～安心して暮らせる高齢者施設選びについて～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
79	**第2回　市民水泳50教室**	2025/07/14（月）～2025/10/06（月）	12:00～13:15	10回	25m程度泳げる方！50mプールを指導員に見守られながら泳いでみませんか！	20名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/16（月）～2025/07/07（月）	直接会場	受講料5,000円 別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
80	**第3回　ゆっくりゆっくり水泳教室**	2025/07/14 (月)～2025/09/01 (月)	13:30～14:30	10回	水泳初心者の方に、水中での基本動作から背泳ぎ・クロールの初歩までをゆっくり指導いたします。	20名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/23 (月)～2025/07/03 (木)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
81	**第3回　水中ウォーキング教室昼の部**	2025/07/14 (月)～2025/09/01 (月)	12:00～13:15	10回	顔をつけることなく水中を歩いたり、ゲームをしたり、水遊び感覚で楽しんでいただける教室です。	50名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/06/23 (月)～2025/07/03 (木)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
82	**「札幌の古を訪ねて～復習編～」（会員が主体となって進める学習）第4回**	2025/07/14 (月)	13:00～15:00	全6回	「平岸村の歴史」	14名	かでる2・7　9階交流コーナー札幌市中央区北2条西7丁目	随時	その他(事務局ま)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp
83	**さっぽろ自然散歩2025春～夏7月**	2025/07/15 (火)	10:00～13:50	月1回	ゆっくり散策しながら、植物や野鳥など季節の自然を観察し、親しんでみようという講座です。	20名	島松ルルマップ川北海道恵庭市島松仲町		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
84	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/15 (火)	開始時刻：14:00	1回	認知症について～軽度認知障害と人生会議のすすめ～	なし	栄西まちづくりセンター　1階集会室B 札幌市東区北33条東4丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
85	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/15 (火)	開始時刻：15:00	1回	救急車を呼ぶとどうなる？～119番通報から受診、帰宅または入院まで～	なし	栄西まちづくりセンター　1階集会室B 札幌市東区北33条東4丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
86	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/16 (水)	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】アナフィラキシーのお話～正しい対処方法を身につけよう～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
87	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/16 (水)	開始時刻：14:00	1回	急病への備え～もし今突然に倒れて、意思表示が難しくなったら～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
88	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/16（水）	開始時刻：15:00	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～　弁膜症編 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
89	**北の歴史塾　「柳田藤吉（根室発展の基礎をつくる）」**	2025/07/17（木）	13:30～15:30	全12回	「柳田藤吉（根室発展の基礎をつくる）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾 森山　祐吾	080-1886-1512
90	**美しい文字の旅　ガラスペンに触れてみよう**	2025/07/17（木）	18:00～20:00	1回	書道家の講師からきれいな字の書き方を学びながら、ガラスペンを体験しましょう。	10名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/06/19（木）	電話,HP,直接会場	材料費1,500円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
91	**道民カレッジ・まなびカフェinとかち（3）**	2025/07/17（木）	13:00～15:00	1回	居心地の良いカフェのようなまなびの場。小学校～中学校程度の教科学習です。どなたでも参加できます。		とかちプラザ帯広市西4条南13丁目1とかちプラザ307研修室	随時受付	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
92	**帯広市民大学講座　第12集　【消費者講座】訪問販売トラブルの注意点とクーリング・オフ制度について**	2025/07/17（木）	10:00～11:30	1回	帯広市民大学講座　第12集　【消費者講座】訪問販売トラブルの注意点とクーリング・オフ制度について	先着70名	とかちプラザ2階視聴覚室帯広市西4条南13丁目1番地		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
93	**【WEBセミナー】こころの健康セルフケア**	2025/07/17（木）	14:00～14:30	1回	こころの健康管理について、基本を確認しましょう。	30名	「zoom」web会議システム使用　※ｵﾝﾗｲﾝ※	2025/06/25（水）～2025/07/16（水） 開催日前日10:00まで（先着順）	HP(https://www.jobcafe-h.jp/event/)	無料	北海道就業支援センター ジョブカフェ北海道	011-209-4510 jcjsweb@jobcafe-h.jp
94	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/17（木）	開始時刻：13:30	1回	前立腺がんの診断と治療	なし	ベテル泌尿器科クリニック　2階デイルーム札幌市北区新琴似11条17丁目1－３３	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
95	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/17（木）	開始時刻：14:00	1回	切らずに治せる放射線治療～前立腺がんについて～	なし	ベテル泌尿器科クリニック　2階デイルーム札幌市北区新琴似11条17丁目1－３３	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
96	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/18 (金)	開始時刻：14:00	1回	動悸・息切れ・眩暈に潜む心臓の病気	なし	東区民センター別館2階集会室B札幌市東区北10条東7丁目村川ビル	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
97	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/18 (金)	開始時刻：15:00	1回	私の波形は正常？～心電図で分かる心疾患～	なし	東区民センター別館2階集会室B札幌市東区北10条東7丁目村川ビル	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
98	**北の歴史塾　「三浦綾子（闘病中、神に祈りながら小説多数を創作）」**	2025/12/18 (木)	13:30～15:30	全12回	「三浦綾子（闘病中、神に祈りながら小説多数を創作）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾 森山　祐吾	080-1886-1512
99	**理療研修センター公開講座**	2025/07/18 (金)	13:30～15:30		ハンドマッサージで不調改善～目指そう！健康ライフ～	20名	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター札幌市中央区南14条西12丁目1－1	開始日：2025/06/23(月) 前日まで	電話,Eﾒｰﾙ	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
100	**北海道医療大学　臨床心理学科同窓会セミナー**	2025/07/19 (土)	14:00～16:00	全1回	「子どもから大人まで！ADHDの時間管理プログラム」と題した講演です。	160名（対面:80名、ｵﾝﾗｲﾝ80名）	北海道医療大学札幌サテライトキャンパス札幌市中央区北4条西5丁目	2025/04/15(火)～2025/07/05(土)	電話,その他	無料	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
101	**帯広市民大学講座　第13集【ちくだい教養人間講座】集める・守る・伝える～個人コレクションと十勝の記憶～**	2025/07/19 (土)	14:00～16:00	1回	帯広市民大学講座　第13集　集める・守る・伝える～個人コレクションと十勝の記憶～	先着50名	帯広百年記念館　2号室帯広市緑ケ丘2		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
102	**スポーツ｢心｣理学でストレス対処**	2025/11/15 (土)	12:30～14:00	1名	スポーツ心理学をくらしに活かそう。スポーツのストレス対処法を話します。	30名	北翔大学 札幌円山キャンパス札幌市中央区南1条西22丁目1-1	2025/04/14(月)～2025/11/08(土)	HP,その他	無料	北翔大学　地域連携センター	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
103	**北海道教育大学函館校一般公開講座　夏休みまちあるき連続講座「本学周辺と五稜郭、元町、湯の川温泉周辺を探索しよう!!!」**	2025/07/21 (月)～2025/08/10 (日) 7月21日（月）、27日（日）、8月3日（日）、10日（日）開講	10:00～12:00	4回	本学周辺と五稜郭、元町、湯の川温泉周辺の歴史・文化・地理などにスポットを当て、地域の魅力を学びます。	30名	函館市内	2025/06/09(月)～2025/07/04(金)	その他(申込方法は、担当グループまで問合わ)	2,000円	北海道教育大学	0138-44-4220 0138-44-4382 hak-gakumu@j.hokkyodai.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
104	**令和7年度「ほっかいどう学」かでる講座　第3回**	2025/07/22 (火)	13:30～15:30 受付 13:15～		「老人ホームの選び方のポイント」講師：さっぽろ高齢者福祉生活協同組合　理事長　小松　徹人氏		道民活動センター（かでる2・7）4階大会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話,FAX,Eメール,HP,その他(郵送)	1回500円（賛助会員400円（割引券をお持ちください））	公益財団法人北海道生涯学習協会	011-204-5780 011-281-6664 kyokai@hsgk.jp
105	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/22 (火)	開始時刻： 14:00	1回	「特別養護老人ホーム」は終の棲家？～看取り介護を通じた平穏な最期の迎え方～	なし	中央区民センター2階つどいA札幌市中央区南3条西11丁目	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
106	**わたしたちの「あゝ沖縄」ー道産子兵士の記録をもとにー**	2025/12/13 (土)	13:00～15:00	1名	沖縄戦で犠牲となった北海道出身兵士の記録を基に、戦争と平和を考える。	30名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14 (月)～2025/12/06 (土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
107	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/22 (火)	開始時刻： 15:00	1回	最新の循環器治療	なし	中央区民センター2階つどいA札幌市中央区南3条西11丁目	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
108	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/23 (水)	開始時刻： 14:00	1回	脳ドックを受けよう～MRI画像で分かる脳卒中～	なし	北区民センター　2階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
109	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/23 (水)	開始時刻： 15:00	1回	薬の正しい飲み方・使い方	なし	北区民センター　2階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
110	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　世界に1つだけの手づくり絵本を作ろう～B**	2025/10/24 (金)～2025/11/21 (金)	13:10～14:40	5回	絵心がなくても大丈夫。世界でただ1冊の、楽しく素敵な絵本を作ってみませんか。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/10/10 (金)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
111	**気軽にエアロビクス前期講座**	2025/07/23 (水)～2025/10/01 (水)	10:30～11:30	10回	リズムに合わせて体を動かし足腰を鍛え、心身をリラックスさせるとともに、体力UPにも効果的です。	20名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
112	**【WEBセミナー】就職活動のススメ方**	2025/07/24 (木)	14:00～14:30	1回	就職活動を効率的にすすめていくためのガイドとなるセミナーです。	30名	「zoom」web会議システム使用　※ｵﾝﾗｲﾝ※	2025/06/25 (水)～2025/07/23 (水) 開催日前日10:00まで（先着順）	HP(https://www.jobcafe-h.jp/event/)	無料	北海道就業支援センター ジョブカフェ北海道	011-209-4510 jcjsweb@jobcafe-h.jp
113	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/25 (金)	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】いつまでもおいしく食べるために～お口の老化を予防しよう！～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
114	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/25 (金)	開始時刻：14:00	1回	がんとタバコと男と女 ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
115	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/25 (金)	開始時刻：15:00	1回	痺れや痛みを我慢しないで～手や肘の神経障害について知っておきたいこと～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
116	**キーワードで読み解く北海道・北東北の縄文遺跡群4「北海道・北東北の環状列石」**	2025/07/26 (土)	13:30～15:30	1回	北秋田市伊勢堂岱遺跡担当者から北海道・北東北の環状列石について詳しく解説していただく。	80名	北海道立埋蔵文化財センター研修室江別市西野幌685-1	2025/06/26 (木)～2025/07/25 (金) 先着順	電話	無料	公益財団法人北海道埋蔵文化財センター	011-386-3231 011-386-3238 mail@domaibun.or.jp
117	**夏休み自由研究教室～こども映像制作体験講座～**	2025/07/26 (土)～2025/07/27 (日) 1回目 7月26日（土）、2回目 7月27日（土）	09:30～16:30 休憩1時間	1回	小学生を対象とした映像編集講座です。デジタルビデオカメラで撮影した映像から映像作品を作成します。	8名	北海道情報大学　松尾記念館2階　画像メディア実習室、講堂江別市西野幌59番2	2025/06/30 (月)～2025/07/11 (金)	FAX,Eﾒｰﾙ,HP,その他(往復はがき、Googleフォーム)	無料	北海道情報大学	011-385-4427 011-385-1074 hiukouza@do-johodai.ac.jp
118	**BUNKAアシストカレッジ『テキスタイル講座』**	2025/07/26 (土)～2025/07/27 (日)	13:00～16:00	全2回	初心者から、多少経験のある方を対象に織物製作を指導します。	14名	北海道文化服装専門学校札幌市豊平区豊平4条8丁目1-7	2025/04/01 (火)～2025/07/15 (火)	電話,FAX,はがき,その他(来校)	12,000円（税込・材料費込み）	北海道文化服装専門学校	011-811-0101 011-811-0105

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
119	**小学生ものづくり教室**	2025/07/27（日）	09:30～12:00 受付 09:10～	1回	ものづくり体験を通じてものづくりの楽しさを伝えます。また、ものづくり産業の役割や大切さが学べます。	40組	北海道立帯広高等技術専門学院帯広市西24条北2丁目18－1	2025/07/04(金)～2025/07/18(金) 7月4日09:00～7月18日17:00まで（各コース先着順）	HP	無料	北海道立帯広高等技術専門学院	0155-37-2319 0155-37-2727 obihirogisen.11@pref.hokkaido.lg.jp
120	**月寒公園観察会　月寒公園を散策して自分だけの木製品を作成してみよう**	2025/07/27（日）	10:00～12:00	1回	月寒公園内の樹木を観察しながら、講師指導のもと誰でも作れる木製品を作成します。	なし		2025/07/01(火)～2025/07/27(日)	電話,その他(ショートメール)	500円	北海道自然観察協議会	090-3897-9762
121	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/28（月）	開始時刻：14:00	1回	【世界肝炎デー】肝炎検査のキホン～血液でみる肝炎検査～	なし	東区民センター　2階集会室ライラック札幌市東区北11条東7丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
122	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/28（月）	開始時刻：15:00	1回	心不全と上手に付き合うためには～心不全自己管理のすすめ～	なし	東区民センター　2階集会室ライラック札幌市東区北11条東7丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
123	**「発見！公的施設の今＆職員食堂」第4回**	2025/07/28（月）	11:30～15:00	全6回	見学施設「陸上自衛隊真駒内駐屯地＆駐屯地食堂体験」	14名	陸上自衛隊真駒内駐屯地札幌市	随時	その他(事務局ま)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp
124	**アンガーマネジメント講座（怒りのタイプ診断編）**	2025/07/29（火）	18:30～20:00	1回	ストレスゼロの毎日を目指して、更にスキルを学んでいきます。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター札幌市中央区北5条西5丁目7	開催日の2日前まで	電話,FAX,Eメール,HP	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
125	**はこだて国際科学祭2025プレイベント　ぷよぷよサイエンススノードーム作り**	2025/07/29（火）	10:00～12:00	1回	親子で一緒に「ぷよぷよサイエンススノードーム」を作り、夏休みの自由研究にも役立てましょう。	16組32名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/07/02(水)	電話,HP,直接会場	材料費1,000円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
126	**帯広市民大学講座　第14集【男女共同参画】あるある！男女の誤解～異性間コミュニケーション～**	2025/07/29（火）	18:30～20:00	1回	帯広市民大学講座　第14集　【男女共同参画】あるある！男女の誤解～異性間コミュニケーション～	先着40名	帯広市役所10階　第5B会議室帯広市西5条南7丁目1番地		電話,HP	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
127	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/29（火）	開始時刻：13:30	1回	【ビデオ講座】子どもの栄養・食事について ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
128	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/29（火）	開始時刻：14:00	1回	これも？！身近に潜む意外なアレルギー～基礎知識と対策を含めて～ ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
129	**スキージャンプの「技」に学ぶ**	2025/11/29（土）	14:00～15:30	1名	スキージャンプの基本動作を科学的に解説。理想的な体の使い方はくらしにも応用できます。	30名	北翔大学 札幌円山キャンパス札幌市中央区南1条西22丁目1-1	2025/04/14(月)～2025/11/22(土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
130	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/29（火）	開始時刻：15:00	1回	眼の健康について ※開始３0分前より、1階ロビーにてご案内します。	なし	札幌東徳洲会病院センターホール札幌市東区北33条東14丁目3-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
131	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/30（水）	開始時刻：14:00	1回	終活のためのヒント～自分が望む終末期医療を考える～	なし	西区民センター　3階視聴覚室札幌市西区琴似2条7丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
132	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/30（水）	開始時刻：15:00	1回	診察結果の取説～上手な検診の受け方と検診結果の活かし方～	なし	西区民センター　3階視聴覚室札幌市西区琴似2条7丁目1-1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
133	**「虫に注目する自然散歩♪」1**	2025/07/30（水）	10:30～14:00	1回	大人の虫観察会。植物と虫の関係や、その不思議な生態に触れたいと思います。	20名	札幌ふれあいの森北海道札幌市清田区有明３86		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
134	**札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/31（木）	開始時刻：14:00	1回	体に優しい放射線療法～仕事をしながら治療できます～	なし	北区民センター　3階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
135	**札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）**	2025/07/31 (木)	開始時刻：15:00	1回	元気に長生きのコツ～健康寿命を延ばす生活習慣とは～	なし	北区民センター　3階講義室札幌市北区北25条西6丁目1－1	申込み不要	直接会場	無料	医療法人徳洲会　札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.lp
136	**旭川ウェルビーイング・コンソーシアム，旭川市教育委員会共催：あさひかわオープンカレッジ（2）**	2025/08/01 (金)	14:00～16:00	1回	「地域経済と観光」ー 地元の魅力を再発見しようー	40名	シニア大学講座室旭川市1条通8丁目	開始日：2025/06/09 (月)	電話,FAX,Eメール,直接会場(手話通訳が必要な方は、早めに申込みの上その旨伝えてください。)	資料代500円(学生・生徒は無料)	一般社団法人旭川ウェルビーイング・コンソーシアム	0166-26-0338 0166-26-0338 awbcsns2013@gmail.com
137	**理療研修センター公開講座**	2025/08/02 (土)	10:00～12:00		ハンドマッサージで不調改善～目指そう！健康ライフ～	20名	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター札幌市中央区南14条西12丁目1－1	開始日：2025/06/23 (月) 前日まで	電話,Eメール	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
138	**こども考古学教室　まいぶん遺跡探検隊（第1次）**	2025/08/02 (土)	13:30～15:30	1回	縄文時代の道具に触れる体験を中心に、つかう・つくる実験を行う。	20名	北海道立埋蔵文化財センター研修室江別市西野幌685-1	2025/07/02 (水)～2025/08/01 (金) 定員になり次第締切	電話	無料	公益財団法人北海道埋蔵文化財センター	011-386-3231 011-386-3238 mail@domaibun.or.jp
139	**夏休み自由研究教室～ロボットでプログラミングを学ぼう～**	2025/08/02 (土)	13:00～17:00	1回	レゴを用いて自ら工夫しながらロボットを作成し、プログラミング的思考を実践的に養う講座です。	12組こども最大16名	北海道情報大学eDCタワー8階　プロジェクトルーム江別市西野幌59番2	2025/07/07 (月)～2025/07/18 (金)	FAX,Eメール,HP,その他(往復はがき、Googleフォーム)	無料	北海道情報大学	011-385-4427 011-385-1074 hiukouza@do-johodai.ac.jp
140	**介護職員初任者研修**	2025/08/02 (土)～2025/12/13 (土)	09:00～16:00	全16回	大学で、介護の知識と技術を学ぼう！就職や自分の暮らしに役立つ介護講座。資格取得が可能です。（13:50、15:10、16:15、17:40終了が各1回　最終日は15:00終了）	20名	星槎道都大学北広島市中の沢149	開始日：2025/07/02 (水) 定員になり次第締め切り	FAX,HP,その他(https://forms.office.com/r/WTx6E0EtjD)	一般・高校生50,000円（テキスト代5,500円別途）	星槎道都大学	011-372-8050 011-372-8045 syougai-gakusyu@seisa.dohto.ac.jp
141	**まなびの広場でマナボー講座ドキュメンタリー映画「新渡戸の夢～学ぶことは生きる証～」**	2025/08/02 (土)	13:30～15:30	1回	ドキュメンタリー映画「新渡戸の夢～学ぶことは生きる証～」上映会	50名	かでる2・7ビル　8階　820研修室札幌市札幌市中央区北2条西7丁目道民活動センタービル8階	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
142	**観察会「夏の森の観察会」**	2025/08/03（日）	10:00～12:00	1回	真夏でも涼しい野幌森林公園内を散策して、盛夏に咲き誇る花や虫などを観察します。	先着50名	野幌森林公園自然ふれあい交流館江別市西野幌685-1	2025/07/04(金)～2025/08/02(土)	電話(受付時間：9:00～17:00（休館日を除く）)	無料	野幌森林公園自然ふれあい交流館	011-386-5832 011-388-7058 nfpvc@kaitaku.or.jp
143	**アンガーマネジメント講座（初心者編）**	2025/08/05（火）	18:30～20:00	1回	アンガーマネジメントを初めて学ぶ方向けの内容となります。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター札幌市中央区北5条西5丁目7番地	随時受付	電話,FAX,Eメール,HP	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
144	**北海道教育大学札幌校現職教員等公開講座　教育現場で活かす司法面接－子どもから事実を聴く面接技法を学ぶ－**	2025/08/05（火） 開講日：8月5日のみ	10:00～17:00	1回	虐待などが疑われる子どもから事実を正確に聴くための「司法面接」の技法を講義，演習を通して学びます。	20名	北海道教育大学札幌校札幌市北区あいの里5条３丁目1番３号	2025/06/02(月)～2025/07/08(火)	FAX,Eメール,はがき,その他(申込方法などは、担当グループまで問合せ)	2,000円	北海道教育大学札幌校	117780891 011-778-8376 crc@j.hokkyodai.ac.jp
145	**少子高齢社会の住まい**	2025/08/05（火）	10:00～11:30	1名	高齢化による住宅の危険や課題を学びます。介護実習室で体験もあります。	20名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14(月)～2025/07/29(火)	HP,その他	1,000円	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
146	**道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（1）**	2025/08/05（火）	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		りすた夕張市南清水沢4丁目48-12	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
147	**クワガタムシ観察の春夏秋冬**	2025/08/06（水）	10:00～12:00	1名	クワガタの生態や産卵を学び、命の大切さと家庭での観察方法を紹介。	15組(1組1家族)	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14(月)～2025/07/30(水)	HP,その他	1,500円	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
148	**旭川ウェルビーイング・コンソーシアム，旭川市教育委員会共催：あさひかわオープンカレッジ（３）**	2025/08/08（金）	14:00～16:00	1回	「屯田兵村史に観る北海道開拓の諸相」	40名	シニア大学講座室旭川市1条通8丁目	開始日：2025/06/09(月)	電話,FAX,Eメール,直接会場(手話通訳が必要な方は、早めに申込みの上その旨伝えてください。)	資料代500円(学生・生徒は無料)	一般社団法人旭川ウェルビーイング・コンソーシアム	0166-26-0338 0166-26-0338 awbcsns2013@gmail.com
149	**こども考古学教室　まいぶん遺跡探検隊（第2次）**	2025/08/09（土）	13:30～15:30	1回	縄文時代の道具に触れる体験を中心に、つかう・つくる実験を行います。	20名	北海道立埋蔵文化財センター研修室江別市西野幌685-1	2025/07/09(水)～2025/08/08(金) 定員になり次第締切	電話	無料	公益財団法人北海道埋蔵文化財センター	011-386-3231 011-386-3238 mail@domaibun.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
150	**「札幌の古を訪ねて～復習編～」（会員が主体となって進める学習）第5回**	2025/08/12 (火)	13:00～15:00	全6回	「アンケート結果に基づいた意見交換会」第一回	14名	かでる2・7　9階交流コーナー札幌市中央区北2条西7丁目	随時	その他(事務局まで)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp
151	**文学館講演会**	2025/08/16 (土)	14:00～15:30	1回	演題：「未定」 講師：菅原和博（シネマアイリス代表）・西堀滋樹	80名	函館市公民館函館市青柳町12番17号	2025/07/01 (火)～2025/08/16 (土)	電話	料金500円（ざいだん友の会400円）	函館市文学館	0138-22-9014 0138-22-9065 bungakukan@zaidan-hakodate.com
152	**第2回　少年少女4泳法マスターコース**	2025/08/17 (日)～2025/11/23 (日)	10:30～11:45	10回	小学3年生から中学3年生までを対象にバタフライを含めた4泳法を総合的に指導いたします。	20名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/07/07 (月)～2025/07/16 (水)	HP,直接会場	受講料3,500円 別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
153	**シニアライフのレクリエーション　「体を整える運動をしよう」**	2025/08/17 (日)	13:30～15:30	1回	脳トレやダンスをします	20名	社会福祉総合センター　３階第３会議室札幌市	実施日の4日前まで募集	電話,FAX	400円	札幌レクリエーション協会	090-1385-3385 011-694-0726
154	**さっぽろ自然散歩2025春～夏8月**	2025/08/19 (火)	10:00～12:00	月1回	ゆっくり散策しながら、植物や野鳥など季節の自然を観察し、親しんでみようという講座です。	20名	八紘学園北海道札幌市豊平区月寒東		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
155	**新渡戸遠友リビングラボ建設・運営支援　「連続講座」（2）**	2025/08/19 (火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「「過疎」なまちづくりを推進するために」?地方都市からはじまるこれからのまちづくり?	40名	愛生舘サロン札幌市中央区南1条西5丁目8番地	当日会場で	直接会場	1,000円（道民カレッジ生・大学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
156	**北の歴史塾　「安達喜幸（西洋建築家）・田上義也（北方建築家）」**	2025/08/21 (木)	13:30～15:30	全12回	「安達喜幸（西洋建築家）・田上義也（北方建築家）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾 森山　祐吾	080-1886-1512
157	**道民カレッジ・まなびカフェinむろらん（1）**	2025/08/22 (金)	13:00～15:00	1回	居心地の良いカフェのような学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		室蘭市生涯学習センターきらん研修室1室蘭市中島町2丁目22-1	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
158	**ゆる体操講座**	2025/08/22 (金)～2025/10/31 (金)	10:30～11:30	10回	無理のない柔らかな動きで身体をゆるゆるに緩める、健康効果の高いやさしい体操を学びます。	20名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
159	**キャンパス・コンソーシアム函館合同公開講座「函館学2025」第2回**	2025/08/23 (土)	13:30～15:00	1回	「函館」をキーワードに、大学教授らが多様なテーマでわかりやすく説明する人気講座。	100名	函館短期大学函館市高丘町52-1		電話,FAX,Eメール,はがき,直接会場	無料	キャンパス・コンソーシアム函館	0138-34-6121 0138-34-6101 info@cc-hakodate.jp
160	**敬老の日のプレゼントに！カッティングプロッターを活用したオリジナルTシャツ作成ワークショップ**	2025/08/23 (土)	10:00～11:30	1回	敬老の日用のプレゼントにも活用していただけるような子供たちが書いたイラストTシャツを作成します！	6名	北海道情報大学eDCタワー３階　プロジェクト講義室江別市西野幌59番2	2025/07/14 (月)～2025/07/25 (金)	FAX,Eメール,HP,その他(往復はがき、Googleフォーム)	無料	北海道情報大学	011-385-4427 011-385-1074 hiukouza@do-johodai.ac.jp
161	**性の多様性ってなんだろう？0から学ぶLGBTと私たちの社会**	2025/08/23 (土)～2025/09/06 (土)	10:30～12:00 受付開始10:00	全2回	第1回「性の多様性の基礎知識」、第2回「札幌から世界まで?多様な性と私たちの社会」	20名程度	札幌国際大学北海道札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2025/06/13 (金)～2025/08/17 (日)	電話,その他(開設時間帯平日9時～17時)	第1回目(1,000円)、第2回目(1,000円)	札幌国際大学生涯学習センター	011-881-2410 t-center@ad.siu.ac.jp
162	**「発見！公的施設の今＆職員食堂」第5回**	2025/08/25 (月)	11:30～14:30	全6回	見学施設「札幌市中央図書館＆図書館食堂体験」	14名	札幌市中央図書館札幌市	随時	その他(事務局ま)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp
163	**まなびの広場でマナボー講座「夷酋列像の謎について」**	2025/08/26 (火)	13:30～15:30	1回	蠣崎波響の絵がフランスのブサンソン美術考古博物館に保存された謎について。	50名	かでる2・7ビル　10階　1050会議室札幌市札幌市中央区北2条西7丁目道民活動センタービル9階	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
164	**老後の資金　どう増やす？どう守る？**	2025/08/29 (金)	13:30～15:30	1回	シニア世代のリスクを抑えた資産形成のポイントを専門家から学びます。	50名	白石区民センター札幌市白石区南郷通1丁目南8-1	開始日：2025/08/01 (金) 受付開始日8：45～より受付、先着順	電話,FAX,Eメール	300円（資料代）	公益社団法人札幌消費者協会	011-728-8300 011-728-8301 koza@sapporo-shohisha.or.jp
165	**北海道医療大学　漢方・薬用植物研究講座2**	2025/10/26 (日)	10：00～13：00	1回	漢方や薬用植物、自然との調和についての講演と観察会を行います。（認定薬剤師単位付与希望者：1回　1,500円）	50名（先着順）	北海道医療大学当別キャンパス石狩郡当別町金沢1757	2025/04/15 (火)～2025/10/12 (日)	電話,その他	一般500円	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
166	**道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（2）**	2025/08/29 (金)	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		りすた夕張市南清水沢4丁目48-12	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
167	**デジタルカメラと撮影の科学 - デジタルカメラの構造と原理を理解し撮影と編集の基礎を学ぶ -**	2025/08/30 (土)	13:00～16:00	1回	本講座では、デジタルカメラの構造と撮影原理に加えてデジタルカメラに関する最近の動向を解説します。	20名	室蘭工業大学室蘭市水元町27番1号	2025/07/24(木)～2025/08/07(木)	FAX,Eメール,HP,その他(申込みフォーム（https://forms.office.com/r/H9VJqz4u4X）)	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
168	**おもしろ算数教室(1･2年)**	2025/08/30 (土)	10:00～11:30	1名	教員志望の学生と算数の楽しさを体験し、考える面白さを味わおう！	10名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14(月)～2025/08/23(土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
169	**廻向の思想ー親鸞の宗教観ー（仏教シリーズ）**	2025/08/30 (土)	15:00～16:30	1回	なぜ、親鸞は受動的表現を多用するのか。この問いを手がかりとして、親鸞の宗教観を学びます。	なし	札幌大谷大学札幌市東区北16条東9丁目1-1	2025/06/02(月)～2025/08/20(水) 6月2日(月)～8月20日(水)12：00まで	電話,FAX,HP	1,000円 ※当日受付にて現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654
170	**韓国の近代化とパリパリ(早く早く)文化**	2025/08/30 (土)	13:00～14:30	1回	韓国の近代化過程と、それに伴う「パリパリ(早く早く)」文化の形成について探ります。	なし	札幌大谷大学札幌市東区北16条東9丁目1-1	2025/06/02(月)～2025/08/20(水) 6月2日(月)～8月20日(水)12：00まで	HP	1,000円 ※当日受付にて現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654
171	**第３回　深川市民公開講座**	2025/08/30 (土)	10:00～11:30	1回	演題「イタリア古典歌曲について」	50名	拓殖大学北海道短期大学　クリスタルホール深川市メム4558	終了日：2025/08/28(木)	電話,Eメール,その他(市公式LINE)	無料	深川市教育委員会　生涯学習スポーツ課	0164-26-2343 gakuspo@city.fukagawa.lg.jp
172	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話2**	2025/10/29 (水)	13:30～15:30	全5回	世紀の青函トンネンルの建設	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
173	**大学と社会福祉 キャンパスソーシャルワーカー養成講座**	2025/08/30 (土)～2025/08/31 (日)	09:00～18:00	2日間	大学内外で悩み多きZ世代の大学生へ手を差し伸べるための知識とスキルを身につける講座です。 1日目　9:00～17：00、2日目9:00～18:00	5名以上で開講		2025/07/01(火)～2025/07/31(木) 7/31(木)17:00必着	FAX,Eメール,その他(郵送)	10000円	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580 masaki-uehara@seisa.dohto.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eﾒｰﾙ
174	**令和7年度　第５３回小樽市民大学講座**	2025/09/01 (月)～2026/01/24 (土)	18:30～20:00	全5回	「現代を生きる」というメインテーマに沿って、各分野で活躍している講師を招いて講座を開催する。（※18：00開場）（※第３講座・第5講座のみ13:30～15:00・開場13:00）	各講座100名を予定	小樽経済センター小樽市稲穂2-22-1	2025/07/01 (火)～2025/08/22 (金)	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,HP,はがき,その他	・全講座受講券5,000円・1講座受講券1,500円	小樽市民大学講座実行委員会	0134-32-4111 0134-33-6608 syogai-gakusyuka@city.otaru.lg.jp
175	**アンガーマネジメント講座（初心者編）**	2025/09/02 (火)	18:30～20:00	1回	アンガーマネジメントを初めて学ぶ方向けの内容となります。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター札幌市中央区北5条西5丁目7番地	随時受付	電話,FAX,Eﾒｰﾙ,HP	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
176	**第4回　チャレンジコース**	2025/09/03 (水)～2025/10/10 (金)	12:00～13:15	10回	背泳ぎ・クロールを25m程度泳げる方に、4泳法の習得と上達の指導をいたします。	45名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/07/30 (水)～2025/08/20 (水)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
177	**札幌大学英語教育セミナー「英語の壁を越える！笑って旅して声に出す3講座」落語家 桂 かい枝 他、豪華な講師陣**	2025/09/03 (水)	18:30～20:35	1回	笑いは世界の共通語～英語落語の挑戦！～RAKUGO IN ENGLISH他、英語の壁を越える講演会	250名	札幌大学札幌市豊平区西岡3条7丁目45717	2025/06/20 (金)～2025/09/01 (月)	HP,その他	無料	札幌大学	0118529358 gakumu@ofc.sapporo-u.ac.jp
178	**第4回　ゆっくりゆっくり水泳教室**	2025/09/04 (木)～2025/10/09 (木)	13:30～14:30	10回	水泳初心者の方に、水中での基本動作から背泳ぎ・クロールの初歩までをゆっくり指導いたします。	20名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/18 (月)～2025/09/01 (月)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
179	**第4回　水中ウォーキング教室昼の部**	2025/09/04 (木)～2025/10/09 (木)	12:00～13:15	10回	顔をつけることなく水中を歩いたり、ゲームをしたり、水遊び感覚で楽しんでいただける教室です。	50名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/18 (月)～2025/09/01 (月)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
180	**「虫に注目する自然散歩♪」2**	2025/09/04 (木)	10:00～12:00	1回	大人の虫観察会。植物と虫の関係や、その不思議な生態に触れたいと思います。	20名	西岡公園北海道札幌市豊平区西岡487		電話,FAX,Eﾒｰﾙ	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
181	**滝川探訪講座**	2025/09/04 (木)～2025/09/18 (木)	13:30～15:00	3回	滝川市内の文化財や史跡を巡り、時間の経過とともに、移り変わった滝川の歴史を振り返りながら学びます。	12名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他	年会費5,000円／受講料600円　別途入館料必要	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
182	**中国武術太極拳講座**	2025/09/04 (木)～2025/10/23 (木)	18:15～19:45	8回	「簡化太極拳二十四式」を基礎から学び、年齢を問わず初心者の方でも安心してできる健康法を学びます。	20名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他	年会費5,000円／受講料1,600円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
183	**備えあれば憂いなし！　今からはじめる災害対策**	2025/09/05 (金)～2025/09/12 (金)	18:30～20:00	連続2回	災害が起きた時の不安や避難方法など「災害についての疑問」を防災士と一緒に解消しましょう。	36名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/08/08 (金)	電話,HP,直接会場	無料	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
184	**第4回　市民水泳教室　午前の部**	2025/09/05 (金)～2025/10/21 (火)	10:30～12:00	10回	水泳初心者の方から、平泳ぎを希望する方までを指導いたします。	40名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/12 (火)～2025/09/02 (火)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
185	**第4回　市民水泳教室　午後の部**	2025/09/05 (金)～2025/10/21 (火)	18:30～20:00	10回	水泳初心者の方から、バタフライを希望する方までを指導いたします。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/12 (火)～2025/09/02 (火)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
186	**第4回　ウォータービクス教室**	2025/09/05 (金)～2025/10/21 (火)	13:30～14:30	10回	音楽に合わせてリズミカルに体を動かす、水中でのエアロビクス教室です。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/12 (火)～2025/09/02 (火)	直接会場	受講料5,400円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
187	**第3回　少年少女わんぱく水泳教室**	2025/09/06 (土)～2025/10/25 (土)	第1部13:30～14:30 第2部14:30～15:30	12回	初めて水に入る児童から、平泳ぎを希望する児童までをコース別に指導いたします。	各50名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/07/25 (金)～2025/08/03 (日)	HP,直接会場	受講料4,200円別途保険料480円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com
188	**観察会「秋の花でにぎわう森を歩こう」**	2025/09/06 (土)	10:00～12:30	1回	花の季節は終わったと思ってませんか？秋も野幌森林公園内は花盛り。秋の花と秋の実りも観察します。	先着50名	野幌森林公園　自然ふれあい交流館江別市西野幌685-1	2025/08/07 (木)～2025/09/05 (金)	電話(受付時間：9:00～17:00（休館日を除く）)	無料	野幌森林公園自然ふれあい交流館	011-386-5832 011-388-7058 nfpvc@kaitaku.or.jp
189	**キャンパス・コンソーシアム函館合同公開講座「函館学2025」第4回**	2025/10/25 (土)	13:30～15:00	1回	「函館」をキーワードに、大学教授らが多様なテーマでわかりやすく説明する人気講座。	100名	函館市地域交流まちづくりセンター函館市末広町4-19		電話,FAX,Eメール,はがき,直接会場	無料	キャンパス・コンソーシアム函館	0138-34-6121 0138-34-6101 info@cc-hakodate.jp
190	**衛星データを用いた宇宙情報利用実習**	2025/09/06 (土)	13:00～15:00	1回	衛星データを用いた宇宙情報の利用に関する講義とパソコンを用いた実習を行います。	20名	北海道情報大学　松尾記念館1階　実習室1江別市西野幌59番2	2025/07/28 (月)～2025/08/22 (金)	FAX,Eメール,HP,その他(往復はがき、Googleフォーム)	3,000円	北海道情報大学	011-385-4427 011-385-1074 hiukouza@do-johodai.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
191	**生成AI時代のマインドセット ー生成AIとの付き合い方ー**	2025/09/06 (土)	13:00～14:30	1回	生成AIの仕組みや最新の活用事例を、初心者にもわかりやすく解説します。	20名	札幌大谷大学札幌市東区北16条東9丁目1-1	2025/06/02(月)～2025/08/27(水)6月2日(月)～8月27日(水)12：00まで	HP	1,000円※当日受付にて現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654
192	**生活の中の音楽**	2025/09/06 (土)	15:00～16:30	1回	身の回りで聴くことができる音楽に向き合ってみましょう。生活の中での必要性が見えてくるかもしれません。	20名	札幌大谷大学札幌市東区北16条東9丁目1-1	2025/06/02(月)～2025/08/27(水)6月2日(月)～8月27日(水)12：00まで	HP	1,000円※当日受付にて現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654
193	**メディック・ファーストエイド チャイルドケアプラス**	2025/09/06 (土)	09:30～17:30※途中休憩あり	1回	乳児と小児の手当てについて実習を中心に学びます。修了後は、国際修了認定カードが発行されます。	6名	札幌大谷大学札幌市東区北16条東9丁目1-1	2025/06/02(月)～2025/08/20(水)6月2日(月)～8月20日(水)12：00まで	HP	10,000円(教材費6,000円を含む) ※当日受付にて現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654
194	**歴史散歩・遠友夜学校の時代2ー中島公園とその界隈編ー**	2025/09/06 (土)雨天の場合は9月13日（土）に順延	10:00～12:00	1回	杉浦正人さんの案内で鴨々川・藻山橋、マルゲンビル、水天宮、中島公園・菖蒲池、岡田山、行啓通等を散策※集合時刻・場所　9：50・地下鉄中島公園駅　1番出口地上	28名	愛生舘サロン札幌市中央区南1条西5丁目8番地	2025/08/06(水)～2025/08/30(土)	電話,FAX,Eメール	700円（資料代・傷害保険料含む）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
195	**基礎からはじめる手話講座**	2025/09/06 (土)～2025/11/08 (土)	10:30～11:30	10回	手話を使って、日常生活の中で役立つように、基礎から学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03(火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料2,000円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
196	**シニアライフのレクリエーション　「円山動物園へ行こう」**	2025/09/07 (日)	13:30～15:30	1回	ゾウやサル・・・に会いにゆこう！	20名	円山動物園札幌市	実施日の4日前まで募集	電話,FAX	400円	札幌レクリエーション協会	090-1385-3385 011-694-0726
197	**第4回　きっちり4泳法マスターコース**	2025/09/08 (月)～2025/10/20 (月)	10:30～12:00	10回	背泳ぎ・クロール・平泳ぎを25m程度泳げる方を対象に、4泳法のスキルアップを目指します。	30名	函館市民プール函館市千代台町22-25	2025/08/18(月)～2025/09/01(月)	直接会場	受講料5,000円別途保険料400円	函館市民プール	0138-52-7452 0138-52-7657 pool@zaidan-hakodate.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
198	**「札幌の古を訪ねて～復習編～」（会員が主体となって進める学習）第6回**	2025/09/08（月）	13:00～15:00	全6回	「アンケート結果に基づいた意見交換会」第二回	14名	かでる2・7　9階交流コーナー札幌市中央区北2条西7丁目	随時	その他(事務局ま)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp
199	**道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（3）**	2025/09/09（火）	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		りすた夕張市南清水沢4丁目48-12	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
200	**新渡戸遠友リビングラボ建設・運営支援　「連続講座」（3）**	2025/09/09（火）	13:30～15:30 開場13:00	1回	「ユネスコ協会、国際ソロプチミストについて」?私が所属する2つの団体の成り立ちや活動について?	40名	愛生舘サロン札幌市中央区南1条西5丁目8番地	当日会場で	直接会場	1,000円（道民カレッジ生・大学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
201	**この人の話を聴いてみよう！講座**	2025/09/10（水）～2025/11/05（水）	13:30～14:30	3回	近隣にお住いの方を講師に招き、その分野に特化した内容で、今後の生活に活かせるような知識を学びます。	12名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03（火）	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料600円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
202	**北の歴史塾　「本郷新と佐藤忠良（北海道の彫刻家）」**	2025/09/11（木）	13:30～15:30	全12回	「本郷新と佐藤忠良（北海道の彫刻家）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾 森山　祐吾	080-1886-1512
203	**理療研修センター公開講座**	2025/09/11（木）	13:30～15:30		ハンドマッサージで不調改善～目指そう！健康ライフ～	20名	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター札幌市中央区南14条西12丁目1－1	開始日：2025/06/23（月） 前日まで	電話,Eメール	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
204	**モルックで楽しく健康づくり**	2025/09/12（金）	12:30～14:00	1名	健康運動・介護予防をテーマに、フィンランド発祥のニュースポーツ「モルック」を体験。	40名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14（月）～2025/09/05（金）	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
205	**「虫に注目する自然散歩♪」③夜の鳴く虫**	2025/09/12（金）	17:00～19:00	1回	大人の虫観察会。植物と虫の関係や、その不思議な生態に触れたいと思います。	20名	真駒内公園北海道札幌市南区真駒内公園		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
206	**市立名寄図書館　文学講座**	2025/09/12（金）～2025/10/17（金） 2025年9月～2025年10月まで	13:30～15:00	6回	宇宙を語る文学　－古事記から宮沢賢治の作品まで－　がテーマです。 ※10月3日は18時30分～20時	30名	駅前交流プラザよろーな（予定）名寄市東1条南7丁目1番地10	2025/08/01（金）～2025/09/11（木） 前日まで（先着順）	電話,その他(図書館カウンター)	無料	市立名寄図書館	01654-2-4751 01654-2-4897 nayorotosho@city.nayoro.lg.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
207	**北海道医療大学　看護福祉学部同窓会セミナーⅡ**	2025/09/13 (土)	10:00～12:00	1回	「大学院教育がハブとなる専門職高度実践」と題した講演です。	なし	ACU1614札幌市中央区北4条西5丁目	2025/04/15 (火)～2025/08/30 (土)	電話,その他	無料	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
208	**日本咀嚼学会共催講座**	2025/09/15 (月)	14:00～15:00	全1回	「お口の機能を保って健康長寿～お口の機能を検査してますか？～」と題した講演です。	なし	北海道医療大学札幌サテライトキャンパス札幌市中央区北4条西5丁目	2025/04/15 (火)～2025/09/01 (月)	電話,その他	無料	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryo-u.ac.jp
209	**アンガーマネジメント講座（怒りのタイプ診断編）**	2025/09/16 (火)	18:30～20:00	1回	ストレスゼロの毎日を目指して、更にスキルを学んでいきます。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター札幌市中央区北5条西5丁目7	開催日の2日前まで	電話,FAX,Eメール,HP	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
210	**さっぽろ自然散歩2025春～夏9月**	2025/09/16 (火)	10:00～12:00	月1回	ゆっくり散策しながら、植物や野鳥など季節の自然を観察し、親しんでみようという講座です。	20名	小樽長橋なえぼ公園北海道小樽市幸1丁目5３		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
211	**チャレンジ、ポーセラーツ！**	2025/09/17 (水)	10:00～12:00	1名	白磁に自分だけのデザインをします。オリジナルのマグカップを作りましょう。	10名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14 (月)～2025/09/10 (水)	HP,その他	2,000円	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
212	**シニアライフのレクリエーション　「鮭の遡上を見よう」**	2025/11/08 (土)	10:00～12:00	1回	発寒川に遡上する鮭を観察します	20名	発寒川　札幌市	実施日の4日前まで募集	電話,FAX	400円	札幌レクリエーション協会	090-1385-3385 011-694-0726
213	**日本語再発見講座**	2025/09/19 (金)～2025/10/24 (金)	13:30～15:00	6回	ウンチク満載！さまざまな切り口から深くて広い日本語の海の一端を感じながら学びます。	12名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03 (火)	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料1,200円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
214	**将来と向き合う　安心のための介護準備講座**	2025/09/20 (土)～2025/09/27 (土)	13:30～15:00	連続2回	少子高齢化が進む世の中で、介護が必要になった時に備えた知識を学び、将来の不安解消に役立てましょう。	36名	函館市女性センター函館市東川町11-12	開始日：2025/08/21 (木)	電話,HP,直接会場	無料	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
215	**キャンパス・コンソーシアム函館合同公開講座「函館学2025」第3回**	2025/09/20 (土)	13:30～15:00	1回	「函館」をキーワードに、大学教授らが多様なテーマでわかりやすく説明する人気講座。	100名	函館工業高等専門学校函館市戸倉町14-1		電話,FAX,Eメール,はがき,直接会場	無料	キャンパス・コンソーシアム函館	0138-34-6121 0138-34-6101 info@cc-hakodate.jp
216	**「発見！公的施設の今＆職員食堂」第6回**	2025/09/22 (月)	11:00～13:00	全6回	見学施設「札幌市社会福祉総合センター＆同センター食堂体験」	14名	札幌市社会福祉総合センター札幌市	随時	その他(事務局ま)	無料	めだかの学校	011-612-0903 011-612-0903 hiro-walk823@kzf.biglobe.ne.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
217	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　はじめての鉛筆画　お茶を飲みながら…**	2025/09/22（月）～2025/09/29（月）	11:00～12:30	2回	鉛筆の削り方から使い方まで初歩の描写からお教えします。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07（水）～2025/09/08（月）	電話,FAX,Eメール	2,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
218	**生体計測装置の仕組みを学んで健康管理に活かそう**	2025/09/24（水）	18:30～20:00	1回	生体計測装置の目的や原理を理解して実際に計測します。	15名	北海道情報大学　札幌サテライト教室札幌市中央区北３条西7丁目	2025/08/25（月）～2025/09/05（金）	FAX,Eメール,HP,その他(往復はがき、Googleフォーム、)	500円	北海道情報大学	011-385-4427 011-385-1074 hiukouza@do-johodai.ac.jp
219	**おとなの社会科見学講座**	2025/09/25（木）	09:00～13:00	1回	空知管内をバスで探索し、その地域の文化・歴史を学びます。	10名	滝川市中央児童センター滝川市新町2丁目6番1号	開始日：2025/06/03（火）	電話,その他(直接問い合わせ先へ)	年会費5,000円／受講料4,100円	(一財)滝川生涯学習振興会	0125-23-0294 0125-23-0292 livelearn@nifty.com
220	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　【初めての方】神社・神道を知る講座（入門編）～B**	2025/09/26（金）～2025/11/21（金）	11:00～12:30	5回	日本にある津々浦々の神社。神社・神道について学んでみませんか。同講座（12）と同時に受講できます。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07（水）～2025/09/12（金）	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
221	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　神社・神道を知る講座（12）～B**	2025/09/26（金）～2025/11/21（金）	13:10～14:40	5回	「日本神話の神々と神社」について学びます。今年度は、大和(やまと)（奈良）の神社にふれます。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07（水）～2025/09/12（金）	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
222	**北海道教育大学学校臨床心理専攻一般公開講座　「空気」の心理学ー日常のコミュニケーションを科学するー**	2025/09/27（土）～2025/09/28（日） 開講日：9月27日（土）、28日（日）	13:00～16:00	2回	日常のコミュニケーションについて、心理学的理論や最新の心理学研究の結果をもとに解説します。	30名	北海道教育大学札幌校札幌市北区あいの里5条３丁目1番３号	2025/08/13（水）～2025/09/13（土）	FAX,Eメール,はがき,その他(受講の申し込み方法などは、担当グループまで問合せ)	2,000円	北海道教育大学	011-778-0891 011-778-8376 crc@j.hokkyodai.ac.jp
223	**令和7年度「ほっかいどう学」かでる講座　第5回**	2025/10/28（火）	13:30～15:30 受付13:15～		「札幌市円山動物園の歴史とアジアゾウの誕生」講師：札幌市円山動物園　動物専門員		道民活動センター（かでる2・7）4階大会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話,FAX,Eメール,HP,その他(郵送)	1回500円（賛助会員400円（割引券をお持ちください））	公益財団法人北海道生涯学習協会	011-204-5780 011-281-6664 kyokai@hsgk.jp
224	**「北海道と東北の交流を読む2墓制からみた古代の東北・北海道」**	2025/09/27（土）	13:30～15:30	1回	東北・北海道の交流について、墓制から研究を続けてきた講師から近年の研究成果について話をいただく。	80名	北海道立埋蔵文化財センター研修室江別市西野幌685-1	2025/08/27（水）～2025/09/26（金） 定員になり次第締切	電話	無料	公益財団法人北海道埋蔵文化財センター	011-386-3231 011-386-3238 mail@domaibun.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
225	**秋のオホーツク・サロマ湖周辺自然観察会**	2025/09/27 (土)	09:45～14:45	1回	観察1幌岩山展望台植生(車)2海底堆積地層(車)③ワッカ原生花園秋の海浜植生(貸自転車)	12名	オホーツク海沿岸・サロマ湖周辺　(幌岩山展望台・サロマ湖周辺)佐呂間町道の駅 (常呂郡佐呂間町浪速) ⇒ 浜佐呂間 ⇒ ワッカ原生花園(北見市常呂町字栄浦)	2025/08/01 (金)～2025/08/31 (日)	電話,Eメール,はがき	1,200円	北海道自然観察協議会	011-694-5907 (相原 090-3897-5392) kinetics58@gmail.com
226	**第4回　深川市民公開講座**	2025/09/27 (土)	10:00～11:30	1回	演題「英語の歴史と語源について」	50名	拓殖大学北海道短期大学　101教室深川市メム4558	終了日：2025/09/25 (木)	電話,Eメール,その他(市公式LINE)	無料	深川市教育委員会　生涯学習スポーツ課	0164-26-2343 gakuspo@city.fukagawa.lg.jp
227	**令和7年度「ほっかいどう学」かでる講座　第4回**	2025/09/30 (火)	13:30～15:30 受付 13:15～		「「鉄路の行方」と北海道」講師：北海道新聞特別編集委員兼解説委員　鈴木　徹　氏		道民活動センター（かでる2・7）4階大会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話,FAX,Eメール,HP,その他(郵送)	1回500円（賛助会員400円（割引券をお持ちください））	公益財団法人北海道生涯学習協会	011-204-5780 011-281-6664 kyokai@hsgk.jp
228	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　『蝦夷嶋巡行記』を読む－国学院古文書教室～（2）**	2025/09/30 (火)～2025/11/25 (火)	13:10～14:40	5回	寛政11年の紀行記である『蝦夷嶋巡行記』を読み、古文書のおもしろさを学びませんか。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/16 (火)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
229	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話2**	2025/10/01 (水)	13:30～15:30	全5回	謎のソ連貨物船：インデイギルカ号	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
230	**自殺防止ゲートキーパーの手法**	2025/10/02 (木)	13:10～14:40	1名	困っている人を支える方法を学び、メンタルヘルスや自殺問題への理解を深める。	30名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14 (月)～2025/09/25 (木)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
231	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　『和泉式部日記』入門～B**	2025/10/02 (木)～2025/11/13 (木)	13:10～14:40	5回	『和泉式部日記』の原文に親しみましょう。カラー図版を用いてわかりやすい解説につとめます。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/18 (木)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
232	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　アイヌの言語と文化を学ぶ～B**	2025/10/02 (木)～2025/11/27 (木)	13:10～14:40	5回	アイヌ語やアイヌ文化について、入門的な解説をおこないます。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/18 (木)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
233	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　絵画の制作～B**	2025/10/06 (月)～2025/11/17 (月)	11:00～12:30	5回	ベテランから初心者の方まで、ご自分の好きな画材でゆったりとしたペースで仕上げます。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/22 (月)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
234	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　NHK大河ドラマを先取りする－豊臣秀吉とその一族－～B**	2025/10/07 (火)～2025/11/11 (火)	14:50～16:20	5回	来年の大河ドラマ「豊臣兄弟！」を、より一層楽しむための講座です。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/23 (火)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
235	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　季節を感じる童謡・唱歌**	2025/10/07 (火)～2025/11/11 (火)	13:10～14:40	2回	季節を感じる童謡や唱歌。気持ち良く歌えるコツ、歌詞やメロディーの味わい方もわかりやすくお教えします。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/23 (火)	電話,FAX,Eメール	2,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
236	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話2**	2025/10/08 (水)	13:30～15:30	全5回	樺太開発の動脈：稚泊連絡船	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
237	**国学院大学北海道短期大学部オープンカレッジ　あなたも童話を書いてみませんか～B**	2025/10/08 (水)～2025/12/03 (水)	14:50～16:20	5回	子どものころを思い出しながら、童話を書いてみませんか。原稿用紙の使い方から指導します。		国学院大学北海道短期大学部滝川市文京町3丁目1番1号	2025/05/07 (水)～2025/09/24 (水)	電話,FAX,Eメール	5,000円	国学院大学北海道短期大学部	0125-23-4111 0125-23-5590 kccc@kokugakuin.ac.jp
238	**理療研修センター公開講座**	2025/10/08 (水)	13:00～15:00		ハンドマッサージで不調改善～目指そう！健康ライフ～	20名	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター札幌市中央区南14条西12丁目1－1	開始日：2025/06/23 (月) 前日まで	電話,Eメール	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
239	**道民カレッジ・まなびカフェinむろらん（2）**	2025/10/10 (金)	13:00～15:00	1回	居心地の良いカフェのような学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		室蘭市生涯学習センターきらん研修室1室蘭市中島町2丁目22-1	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
240	**おもしろ算数教室(3･4年)**	2025/10/11 (土)	10:00～11:30	1名	教員志望の学生と算数の楽しさを体験し、考える面白さを味わおう！	10名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14 (月)～2025/10/04 (土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
241	**おもしろ算数教室(5･6年)**	2025/10/11 (土)	13:30～15:00	1名	教員志望の学生と算数の楽しさを体験し、考える面白さを味わおう！	10名	北翔大学江別市文京台23番地	2025/04/14 (月)～2025/10/04 (土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
242	**海外旅行が10倍楽しくなる世界の歴史（欧米編）**	2025/10/11 (土)～2026/03/14 (土)	13:00～14:00	全6回	誰もが知っている歴史上の出来事を分かりやすく解説し学ぶ講座です。※毎月1回第2土曜日	6名	旭川市国際交流センター旭川市1条通り8丁目	随時	電話	1回1500円	豊幸樹作法会	0166-54-3885 0166-54-3885 satosho@s6.dion.ne.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合先名称	TEL/FAX/Eメール
243	**海外旅行が10倍楽しくなる世界の歴史（アジア編）**	2025/10/11 (土)～2026/03/14 (土)	14:30～15:30	毎月1回第2土曜日（全6回）	誰もが知っている歴史上の出来事を分かりやすく解説し学ぶ講座です。	6名	旭川市国際交流センター旭川市1条通り8丁目	随時		1回1500円	豊幸樹作法会	0166-54-3885 0166-54-3885 satosho@s6.dion.ne.jp
244	**新渡戸遠友リビングラボ建設・運営支援　「連続講座」（4）**	2025/10/14 (火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「北海道いのちの電話の活動」？市民運動としての?	40名	愛生舘サロン札幌市中央区南1条西5丁目8番地	当日会場で	直接会場	1,000円（道民カレッジ生・大学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
245	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話2**	2025/10/15 (水)	13:30～15:30	全5回	日本船多数を撃沈した米ソ潜水艦	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
246	**北の歴史塾　「大石スク（札幌初の保育園長）・鶴岡トシ（食生活改善に尽くす）」**	2025/10/16 (木)	13:30～15:30	全12回	「大石スク（札幌初の保育園長）・鶴岡トシ（食生活改善に尽くす）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾森山　祐吾	080-1886-1512
247	**もっと知ろう｢体｣を動かす骨格筋**	2025/10/18 (土)	10:30～12:00	1名	骨格筋の役割と運動法を学び、健康づくりに役立てよう。	30名	北翔大学 札幌円山キャンパス札幌市中央区南1条西22丁目1-1	2025/04/14 (月)～2025/10/11 (土)	HP,その他	無料	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
248	**さっぽろ自然散歩2025春～夏10月**	2025/10/21 (火)	09:30～11:40	月1回	ゆっくり散策しながら、植物や野鳥など季節の自然を観察し、親しんでみようという講座です。	20名	清田緑地・清田公園北海道札幌市清田区清田1条３丁目2		電話,FAX,Eメール	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 info@shizen-w.org
249	**北海道史を学ぶ会　航跡が残した秘話2**	2025/10/22 (水)	13:30～15:30	全5回	大型台風に襲われた洞爺丸の沈没	30名	かでる2・7ビル750会議室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会　森山祐吾	080-1886-1512
250	**北の歴史塾　「原田康子（霧の街で小説『挽歌』を創作）」**	2025/11/20 (木)	13:30～15:30	全12回	「原田康子（霧の街で小説『挽歌』を創作）」	63名	かでる2・7ビル730研修室札幌市中央区北2条西7丁目	随時受付	電話	1,000円（資料代含む）	北の歴史塾森山　祐吾	080-1886-1512
251	**紅葉ウオーク**	2025/10/24 (金)～2025/10/26 (日)	10:00～12:00	3回	紅葉の風景に親しみながら、約4キロのウオーキングを楽しみ、健康づくりについて考える。	なし	北海道青少年会館コンパス札幌市南区真駒内柏丘7丁目8-1	随時	電話,FAX,Eメール,HP	大人1.100円　小学生以下770円	株式会社　スポートピア北海道青少年会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y-abe@sportpia.co.jp
252	**道民カレッジ・まなびカフェinむろらん（3）**	2025/10/24 (金)	13:00～15:00	1回	居心地の良いカフェのような学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		室蘭市生涯学習センターきらん研修室1室蘭市中島町2丁目22-1	随時受付	電話,FAX,Eメール,その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp