

# 平成30年度後期 道民カレッジ連携講座ガイドブック 12月～3月編

道民カレッジ事務局 受託：（公財）北海道生涯学習協会  
〒060-0002  
札幌市中央区北2条西7丁目かでの2・7ビル9階  
電話：011-204-5780  
FAX：011-281-6664  
Mail：college@manabi.pref.hokkaido.jp

※講座の受講申し込みをする際は、氏名・住所・電話番号  
など、講座の主催者が必要とする情報を伝えてください。



## 【ほっかいどう学コース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	【指定講座】～稚内市樺太記念館開館記念講座その3～「戦前～戦後の稚内・樺太」	40名	1 必1 ジュ1	12月1日(土)	1回	15:00～17:00	稚内市立図書館			電話で、FAXで、Eメールで、直接会場で、その他(定員に達していない場合は、当日会場でも受付が可能。)	受講料無料	稚内市教育委員会	0162-23-6520 0162-22-7913 syakyou@city.wakkanai.lg.jp http://www.city.wakkanai.hokkaido.jp	講演「樺太野球物語」、トークセッション「戦前～戦後の稚内・樺太」の2つの講座を開催する
2	【指定講座】エコ・ツーリズム地域資源活用セミナー	なし	1 必1	12月6日(木)		15:00～17:00	道の駅てしお2F会議室	天塩町新開通4丁目 道の駅てしお		電話で、Eメールで	無料	天塩かわまちづくり協議会	01632-2-1001 01632-2-2659 ouentai@teshiotown.com	天塩川等、地域固有の資源の活用戦略、知床での取組み事例、産業と自然の両立共存について学ぶ
3	北海道を守った戦いの島「占守島」	20名	1 ジュ1	12月8日(土)	1回	17:00～18:00	稚内赤れんが通信所	稚内市恵北		電話で、FAXで、Eメールで、その他(市役所より16時にマイクロバスが出るので必ず事前予約が必要。)	受講料無料	稚内市教育委員会	0162-23-6520 0162-22-7913 syakyou@city.wakkanai.lg.jp http://www.city.wakkanai.hokkaido.jp	特別講座 赤れんが講和～その7～として講師を招きお話しいただく。
4	校章から読み解く むかしの稚内～その2～	40名	1 ジュ1	平成31年 1月30日(水)	1回	18:00～19:30	稚内市立図書館			電話で、FAXで、Eメールで、直接会場で、その他(定員に達していない場合は、当日会場でも受付が可能。)	受講料無料	稚内市教育委員会	0162-23-6520 0162-22-7913 syakyou@city.wakkanai.lg.jp http://www.city.wakkanai.hokkaido.jp	「校章から読み解く むかしの稚内～その2～」と題して講師を招き、前期に引き続きお話しいただく。

## 【地域活動コース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	【指定講座】平成30年度第1回地域活動インターネット講座 学びから担い手へ～地域で活躍する道民カレッジ生～		必1	7月30日(月)～ 配信年を含めて 3年間								道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp https://manabi.pref.hokkaido.jp/college/	地域活動インターネット講座は、地域で活躍する際に必要な知識や技能に関する内容を、インターネットで配信するものです。 動画URL ↓ https://youtu.be/-MP55RvVLRk

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
2	【指定講座】平成30年度第2回地域活動インターネット講座 学ぶ喜びから伝える喜びへ～ 「自分のため」から「誰かのため」へ～		必1	11月22日(月)～ 配信年を含めて 3年間								道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref. hokkaido.jp https://manabi.pref. hokkaido.jp/college/	地域活動インターネット講座は、地域で活躍する際に必要な知識や技能に関する内容を、インターネットで配信するものです。 動画URL↓ https://youtu.be/kIRgert_MHA
3	【指定講座】「生きがいづくり生涯学習推進事業」平成30年度北広島市青少年健全育成大会 アンビシャス・フォーラム		1 必1	12月8日(土)	1回	9:00～13:00 ※受付 9:00～9:30	北広島市 ふれあい学習センター(夢プラザ)多目的ホール	北広島市大曲370-2				北広島市教育委員会教育部学校教育課(子どもサポートセンター)	011-372-3311(4823・4825)	写真・映像でふりかえる郷土の歴史①・②、アンビシャス・フォーラム、講演「子どもたちと創るまちづくり」
4	【指定講座】平成30年度 地域活動インターネット講座レポート作成学習会(旭川)	30名程度	1 必1	12月12日(水)	1回	16:00～17:00 (予定)	常磐館	旭川市常磐公園常磐館		電話で,FAXで,Eメールで	無料	公益財団法人北海道生涯学習協会	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref. hokkaido.jp	平成30年度地域活動インターネット講座を視聴し、レポートを書いてみましょう。
5	【指定講座】ジュニアイングリッシュキャンプボランティア	10名	1 必1	12月15日(土)～ 12月16日(日)	1回	11:00～12:00	北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル砂川	砂川市北光496番地の25				北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル砂川	0125-53-2246 0125-53-3012 sunagawa@cocoa.ocn.ne.jp http://www.napal-sunagawa.jp/	ジュニアイングリッシュキャンプ指導補助
6	【指定講座】ネイバル de パティシエ Jr. ボランティア	4名	1 必1	12月22日(土)～ 12月23日(日)	1回	11:00～13:00	北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル砂川	砂川市北光496番地の25				北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル砂川	0125-53-2246 0125-53-3012 sunagawa@cocoa.ocn.ne.jp http://www.napal-sunagawa.jp/	ネイバル de パティシエ Jr. 指導補助
7	【指定講座】平成30年度 第2回 地域活動インターネット講座レポート作成学習会	30名程度	1 必1	平成31年 1月17日(木)	1回	13:30～14:30	かでの2・7 9階 まなびの広場 (交流コーナー)	札幌市中央区北2条西7丁目 道民活動センター(かでの2・7) 9階	なし	電話で,FAXで,Eメールで	無料	公益財団法人北海道生涯学習協会	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref. hokkaido.jp	平成30年度地域活動インターネット講座を視聴し、レポートを書いてみましょう。視聴講座:平成30年度第2回地域活動インターネット講座「学ぶ喜びから伝える喜びへ～「自分のため」から「誰かのため」へ～」

## 【キャリアアップコース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	興部高等学校学校開放講座 パソコンでつくる年賀状	10名程度	1 ジユ2	12月5日(水)、 12月12日(水)	2回	18:30～20:00	北海道興部高等学校情報処理室	興部町春日町 北海道興部高等学校		電話で,直接 会場で	無料	興部町教育委員会	0158-82-2552	オリジナルの年賀状づくりにチャレンジします。初心者でも安心してご参加ください。

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
2	自然体験活動指導者(NEALリーダー)養成事業	20名	1	平成31年 1月9日(水)~ 1月11日(金)	1回	2泊3日	国立大雪青少年 交流の家	美瑛町白金温泉		電話で,FAX で,Eメール で,HPで	未定	国立大雪青少 年交流の家	0166-94-3121 0166-94-3223 taisetsu- suishinshitsu@niye.g o.jp http://taisetsu.niye .go.jp	青少年向け自然体験活動プログラムを子供の発達段階に応じて適切かつ安全に指導ができる指導者を養成する。
3	平成30年度 富良野市放課 後子ども教室コーディネ ーター等研修会	15名	1	12月10日(月)	1回	10:00~11:30	富良野文化会館	富良野市弥生町 1番2号		その他(富良 野市放課後子 ども教室ス タッフ)	無料	富良野市教育 委員会 社会 教育課	0167-39-2318 0167-39-2330 syakai- ka@city.furano.hokk aido.jp	①演習「屋内活動プログラ ム」 ②情報交流

### 【環境・生活コース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	北海道銀行 年金講演会(一 般コース)	60名	1	12月9日(日)	1回	10:00~12:00、 受付開始時間: 9:30	函館アリーナ 多目的会議室B	函館市湯川町1 丁目32-2	受付期間:11 月9日~12月 5日(開催日 の3日前)ま で	電話で(北海 道銀行 ダイ レクトサービ ス(?0120- 590-116))	無料	北海道銀行 営 業企画部マー ケティング企画 室(申込先では ありません)	011-233-1105 011-261-9172 H182027@hokkaidoba nk.co.jp http://www.hokkaido bank.co.jp/	公的年金(主に老齢年金)全 般等について解説します。講 演前後には個別相談も承りま す。
2	さっぽろ自然散歩	30名	1	12月11日(火)	1回	10:00~12:00	野幌森林公園	江別市西野幌 685-1	前日まで	電話で,FAX で,Eメールで	1,000円	自然ウォッチン グセンター	011-583-5208 011-583-5233 pxp03576@nifty.com http://shizen.la.coo can.jp/	ゆっくり散歩しながら、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。
3	「抹茶で健康、楽しく茶道を学 び会」番外編~楽しく餅を搗 き、茶菓子を作ろう~	10名	1	12月16日(日)	1回	9:00~12:00	旭川市神楽公民 館2階調理実習 室	旭川市神楽3条6 丁目	12月12日ま で	電話で,FAXで	200円	上川圏シニア リーダー倶楽 部	0166-47-5255 0166-47-5255	餅米(2升)を2回に分けて、セ イロで蒸し、二臼搗きます。ひ と臼をあん餅、もうひと臼を きな粉餅とします。参加者は エプロン、手拭きを用意して 参加してください。
4	中島公園で自然散歩	20名	1	12月20日(木)	1回	10:00~12:00	中島公園	札幌市中央区中 島公園1	前日まで	電話で,FAX で,Eメールで	1,000円	自然ウォッチン グセンター	011-583-5208 011-583-5233 pxp03576@nifty.com http://shizen.la.coo can.jp/	公園を散歩しながら、植物や 野鳥などの自然をゆっくり観 察します。
5	さっぽろ自然散歩	30名	1	平成31年 1月15日(火)	1回	9:40~12:00	旭山記念公園	札幌市中央区界 川4	前日まで	電話で,FAX で,Eメールで	1,000円	自然ウォッチン グセンター	011-583-5208 011-583-5233 pxp03576@nifty.com http://shizen.la.coo can.jp/	ゆっくり散歩しながら、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。

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
6	まちなか講座「知るぼると塾in旭川(2)未来のあなたが安心して暮らすための資産形成」	50名	1	平成31年 1月26日(土)	1回	10:30~12:30	旭川市シニア大学 講座室	旭川市1条通り8丁目 フィール旭川7階	12月20日から受付	電話で、直接会場	無料	旭川市シニア大学	0166-25-0022	iDeCo(イデコ)、積み立てNISAなど幅広い世代向けのお得な資産形成について紹介。
7	まちなか講座「身につけませんか マナー・身のこなし・会話」	50名	1	平成31年 2月2日(土)	1回	未定	旭川市シニア大学 講座室	旭川市1条通り8丁目 フィール旭川7階	1月中旬から受付	電話で、直接会場	無料	旭川市シニア大学	0166-25-0022	「感じがいい」マナーや身のこなし、会話などコミュニケーションのポイントを学ぶ。
8	さっぽろ自然散歩	30名	1	平成31年 2月12日(火)	1回	10:10~12:00	小樽市祝津海岸	小樽市祝津	前日まで	電話で、FAXで、Eメールで	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 pxp03576@nifty.com http://shizen.la.coocan.jp/	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。
9	さっぽろ自然散歩	30名	1	平成31年 3月26日(火)	1回	10:10~12:00	五天山公園から左股川	札幌市西区福井423	前日まで	電話で、FAXで、Eメールで	1,000円	自然ウォッチングセンター	011-583-5208 011-583-5233 pxp03576@nifty.com http://shizen.la.coocan.jp/	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。

## 【健康・スポーツコース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月3日(月)	1回	15:00~16:00	白石区民センター 5階 集会室C	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	乳がんについて～検診から手術・再建まで～
2	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月3日(月)	1回	14:00~15:00	白石区民センター 5階 集会室C	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	明るい老後のための豆知識 高齢者向け施設のあれこれ
3	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月5日(水)	1回	15:00~16:00	野幌公民館 2階 研修室2号	江別市野幌町13-6		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	第1部 脚の静脈瘤～手術は痛みが少ない～ 第2部 そけいヘルニア(脱腸)～腹腔鏡手術で治そう!～
4	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月5日(水)	1回	14:00~15:00	野幌公民館 2階 研修室2号	江別市野幌町13-6		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	我が家で暮らし続けるために～知っておきたい制度のあれこれ～
5	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月6日(木)	1回	15:00~16:00	徳洲苑しろいし1階 健康増進センター	札幌市白石区栄通18丁目4-10		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	レントゲンって何で撮るの?～胸部領域を中心に～
6	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月6日(木)	1回	14:00~15:00	徳洲苑しろいし1階 健康増進センター	札幌市白石区栄通18丁目4-10		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	知っておきたい薬の知識! 高血圧と薬のお話

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
7	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月7日(金)	1回	15:00～16:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	歯を失った後の治療法～いろいろな補綴物について～
8	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月7日(金)	1回	14:00～15:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	高齢者の骨折について
9	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月10日(月)	1回	15:00～16:00	厚別区民センター 2階 和室C	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	薬剤師がお答えします！薬に関するよくある質問・あなたの疑問
10	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月10日(月)	1回	14:00～15:00	厚別区民センター 2階 和室C	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	知っておきたい大腸のあれこれ～ポリープとがんについて～
11	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月11日(火)	1回	15:00～16:00	月寒公民館 3階 第3研修室A・B	札幌市豊平区月寒中央通7丁目8-19		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	そけいヘルニア(脱腸)も腹腔鏡手術で！！
12	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月11日(火)	1回	14:00～15:00	月寒公民館 3階 第3研修室A・B	札幌市豊平区月寒中央通7丁目8-19		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	脚の静脈瘤～新しいレーザーで痛みの少ない手術～
13	生きがいづくり生涯学習推進事業 平成30年度「倶知安町寿大学 第9回講座」	60名程度	1	12月12日(水)	1回	10:00～15:00	倶知安町文化福祉センター 中ホール	倶知安町南3条東4丁目2-2		(倶知安町教育委員会へ申し込み)	昼食代並びに保険料を予定	倶知安町教育委員会	0136-22-4151 0136-21-2144 syakai-kyouiku@town.kutchan.lg.jp	講演・実技「いつまでも輝いていたい～笑顔でコミュニケーション」、DVD学習
14	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月13日(木)	1回	14:00～15:00	札幌徳洲会病院 8階 講堂	札幌市厚別区大谷地東1丁目1-1		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	とりますか？とりませんか？「胆石」のお話
15	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月13日(木)	1回	13:30～14:00	札幌徳洲会病院 8階 講堂	札幌市厚別区大谷地東1丁目1-1		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	STOP!いびき、今話題の睡眠負債と睡眠時無呼吸症候群
16	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月14日(金)	1回	15:00～16:00	野幌公民館 2階 研修室5号	江別市野幌町13-6		(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	医療費について～窓口負担を抑えるためには～
17	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月14日(金)	1回	14:00～15:00	野幌公民館 2階 研修室5号	江別市野幌町13-6		(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	ケガをした時の応急処置～病院受診する際のポイントについて～
18	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月17日(月)	1回	15:00～16:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	高齢者の施設・住宅の選び方のポイントを教えます！

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
19	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月17日(月)	1回	14:00~15:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	息苦しい?これって気胸?
20	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月18日(火)	1回	15:00~16:00	月寒公民館 3階 第3研修室A・B	札幌市豊平区月寒中央通7丁目8-19		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	知っておきたい薬の知識!上手な飲み方・飲み合わせ
21	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月18日(火)	1回	14:00~15:00	月寒公民館 3階 第3研修室A・B	札幌市豊平区月寒中央通7丁目8-19		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	事前を知っ得!病院受診~医療費のお話~
22	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月19日(水)	1回	15:00~16:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	乳がんについて~検診から手術・再建まで~
23	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月19日(水)	1回	14:00~15:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	膝痛予防へ3つの秘訣
24	札幌厚生病院 住民講座	80名	1	12月20日(木)	1回	14:00~15:00	札幌厚生病院 本館2階 大講義室	札幌市中央区北3条東8丁目5番地 札幌厚生病院 本館2階	申込み不要	直接会場で、その他(不要)	無料	JA北海道厚生連 札幌厚生病院	011-261-5331 011-271-5320 <a href="http://www.dou-kouseiren.com/byouin/sapporo/lecture/ut1bv70000001tw8.html">http://www.dou-kouseiren.com/byouin/sapporo/lecture/ut1bv70000001tw8.html</a>	当院の医師が講師となり、地域住民向けに行う健康講座。月1回開催。「いつでもどこでも緩和ケア」
25	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月21日(金)	1回	15:00~16:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	「いびき」あまくみていませんか?SAS(睡眠時無呼吸症候群)について
26	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月21日(金)	1回	14:00~15:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	食事で健康!大腸がんを予防する食事
27	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月25日(火)	1回	15:00~16:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	そけいヘルニア(脱腸)も腹腔鏡手術で!!
28	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月25日(火)	1回	14:00~15:00	白石区民センター 5階 集会室E	札幌市白石区南郷通1丁目南8		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	脚の静脈瘤~新しいレーザーで痛みの少ない手術~
29	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月26日(水)	1回	15:00~16:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	明るい老後のための豆知識 病院の種類について
30	札幌徳洲会病院 無料医療講演	なし	1	12月26日(水)	1回	14:00~15:00	厚別区民センター 2階 視聴覚室	札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-14		その他(申込不要)	無料	医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1675 011-896-2202	動脈硬化予防の食事

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
31	日本医療大学 生涯学習講座 「人体のしくみの疑問」	80人	1	平成31年1 月12日(土)	1回	10:00～11:30	月寒公民館	札幌市豊平区月 寒中央通7丁目		電話で,FAX で,Eメール で,HPで,直接 会場	無料	日本医療大学	011-885-7711 011-885-5757 kouza@nihoniryo- c.ac.jp http://www.nihoniryo- c.ac.jp/	日本医療大学保健医療学部 リハビリテーション学科 向井 康詞 先生による講演です。
32	心も体もリラックス ゆったり ヨガ II期	25名	1	平成31年 1月19日(土)～ 2月23日(土)	6回	10:00～11:00	稚内市温水ブー ル水夢館		12月4日(火) ～12月 14(金)	電話で,FAX で,Eメール で,HPで(事前 に申し込みが 必要です)	受講料1,500円	稚内市教育委 員会	0162-23-6520 0162-22-7913 syakyou@city.wakkan ai.lg.jp http://www.city.wakk anai.hokkaido.jp	前期市民講座で大好評の初 心者ヨガが再び!

### 【教養コース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	平成30年度北見工業大学公 開講座	なし	1	12月14日(金)～ 12月21日(金)	全6回	各日18:00～ 19:30	北見工業大学 多目的講義室	北見市公園町 165番地 3号館2 階	各講座の開 講当日まで	電話で,FAX で,Eメールで, 直接会場 (電話対応時 間:平日9:00 ～17:00)	無料	北見工業大学	0157-26-9158 0157-26-9155 kenkyu09@desk.kitam i-it.ac.jp	メタンハイドレートの基礎から 応用まで
2	興部町成人大学講座「プロ デュースを通して次世代に伝 えたい地域の魅力と可能性」	制限な し	1	12月15日(土)	1回	15:00～16:30	興部町中央公民 館	興部町仲町	12月14日 (金)まで	電話で	入場無料	興部町教育委 員会	0158-82-2552 0158-82-3011 yasuyo.endo@town.o koppe.jg.jp	地域の持つ魅力や秘めた可 能性について学習する。
3	多寄公民館講座 しめ飾りづ くり講座	15名	1	12月17日(月)～ 12月17日(月)		13:30～15:30	多寄公民館		12月7日(金)	電話で	1,000円	多寄公民館		しめ縄の基本技術と意味合い を学び、自作のしめ飾りを玄 関に飾り、新しい年を迎える ことを目的とする。
4	まちなか講座「平和な社会を 目指して～ダッカテロ事件か ら」	50名	1	平成31年 1月12日(土)	1回	13:00～15:00	旭川市シニア大 学 講座室	旭川市1条通り8 丁目 フィール 旭川7階	12月20日か ら受付	電話で,直接 会場	無料	旭川市シニア 大学	0166-25-0022	2014年から3年間、校長として 派遣されたバングラデシュの 人々についての暮らしやダッ カテロ事件について紹介。
5	池田町シニアカレッジ游ゆう 大学一般公開講座「みんなで 楽しく歌って 三味線ライブ」	200名	1	平成31年 1月17日(木)	1回	10:20～11:50	池田町田園ホー ル オークプラ ザ	中川郡池田町西 1条1丁目		直接会場	無料	池田町教育委 員会	015-572-5222 015-572-5900	演奏を通して三味線や民謡に 親しみ、実際に会場のみなさ んと歌いながら、津軽三味線 の魅力に触れます。



No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
6	ハコビ・マジカル・ワークショップ「つるし雛に挑戦！」	一般20名	1	平成31年 1月26日(土)	1回	13:00~16:00 (予定)	北海道立函館美術館	函館市五稜郭町 37番6号	1月17日(木) まで	電話で,FAX で,Eメールで	一般1,670円 (観覧料+材料 費+ワーク ショップ保険 料)	北海道立函館 美術館	0138-56-6311 0138-56-6381 hakobi.11@pref.hokkaido.lg.jp http://www.dokyoief.hokkaido.lg.jp/hk/hbj	3月のひなまつりに向けて、基本のつるし雛(びな)をビーズ作ります。針仕事のワークショップです。
7	囲碁入門講座	8名	1	平成31年 2月2日(土)~ 3月23日(土)	8回	10:00~11:30	滝川市中央児童センター	滝川市新町2丁目 6番1号	12月1日~	電話で,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 http://livelearn.sakura.ne.jp	初心者を対象とし、囲碁の基本的ルールなど楽しみながら学ぶ。
8	子どもの未来をつくる食育—フランスの味覚教育から—	70名	1 ジュ1	平成31年 2月10日(日)	1回	13:00~14:30	旭川市まちなか市民プラザ シニア大学講座	旭川市1条通8丁目108 フィール旭川7階		電話で,直接会場	無料	放送大学旭川サテライトスペース	0166-22-2627(0166-22-2676)	フランスで行われている味覚教育を手がかりに、子ども達の未来につながる食のあり方について考えます。

## 【ジュニアコース】

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
1	おくしりチャレンジスクール「おとあそび教室」	なし	ジュ1	12月15日(土)	1回	10:00~12:00	北海道奥尻高等学校	奥尻町字赤石 411番地2	12月5日(水)	その他(各幼稚園・小学校に申込書を提出)	無料	奥尻町教育委員会	01397-2-3890 01397-2-3891	子供たちが歌ったり体でリズムをとったり、楽器を奏でることを通して音楽に親しみます。
2	平成30年度 第10回える夢キッズクラブ	20名	ジュ1	12月15日(土)	1回	9:00~15:10	豊頃町える夢館	中川郡豊頃町茂岩本町166番地	11月28日~ 12月11日	電話で	50円	豊頃町教育委員会	015-579-5801(520) 015-579-5803 shakyo@toyokoro.jp http://www.toyokoro.jp/	創作活動や調理活動をおして、豊かな感受性や仲間との協調性を育む。
3	サタデーイングリッシュキャンプVol.10	60名	ジュ1	12月15日(土)	1回	9:00~11:00	利尻町交流促進施設	利尻町沓形富士見町2-2	11月26日~ 12月7日	電話で,FAXで	無料	利尻町教育委員会	0163-84-2445 0163-84-2956	外国語や文化への理解を深め、コミュニケーション能力の素地・基礎を養い、英語への関心・意欲を高める。
5	えほんmeets博物館	10組 (先着)	1 ジュ1	12月15日(土)・ 平成31年 1月19日(土)	2回	10:30~11:30	北海道博物館 会議室、特別展示室、総合展示室	北海道札幌市厚別区厚別町小野幌53-2 北海道博物館	事前申込、12月1日(土)より、お電話(011-898-0500)で受付します。	電話で	無料	北海道博物館	011-898-0500 http://www.hm.pref.hokkaido.lg.jp/	絵本のなかに登場する太古の恐竜や動物を博物館の展示室でみつけてみよう!

No.	講座名	定員	単位	期日	回数	時間	会場	会場住所	申込期限	申込方法	受講料	問い合わせ先	電話・FAX Eメール・URL	内容
6	始祖鳥をつくってみよう!	各回 15名 (先着)	1 ジュ1	12月16日(日)・ 平成31年 1月20日(日)	4回	両日とも、 ①10:30～ 12:00、 ②13:30～15:00 の2回開催	北海道博物館 特別展示室、総 合展示室	北海道札幌市厚 別区厚別町小野 幌53-2 北海道 博物館	事前申込、12 月2日(日)よ り、お電話 (011-898- 0500)で受 付します。	電話で	無料	北海道博物館	011-898-0500 <a href="http://www.hm.pref.hokkaido.lg.jp/">http://www.hm.pref.hokkaido.lg.jp/</a>	始祖鳥のペーパークラフトづくり、化石や現在の鳥の観察をとおして、その特徴や進化の歴史を紹介します。
7	大樹つるつるキャンプ	20名	ジュ3	平成31年 1月10日(木)～ 1月12日(土)	1回	1月10日13:00～ 1月12日13:15	大樹町学童農業 研修センター	大樹町晩成2 晩 成の宿	11月25日～ 12月25日	FAXで、Eメー ルで	18,000円	大樹町教育委 員会	01558-6-2133 01558-6-2056 shakai_kyoiku- kakarai@town.taiki.hok kaido.jp <a href="http://www.town.taiki.hokkaido.jp/purpose/kyoiku/">http://www.town.taiki.hokkaido.jp/purpose/kyoiku/</a>	雪の中・氷の上で思いっきり遊んで大樹の冬を楽しもう。