

<北区/趣味・教養>

タイトル 北海道歴史探訪～3回コース～

- 【内容】 北海道の歴史をわかりやすくお伝えします。1回1つのテーマで、身近に感じるような内容です
第1回：北区のあらし、第2回：北区の伝統文化「藍」の歴史、第3回：屯田地区の歴史他
- 【日時】 6/17(水)・6/24(水)・7/1(水)10時～12時。全3回
- 【会場】 屯田地区センター 2階実習室(札幌市北区屯田5条6丁目3-21)
- 【定員】 10人
- 【費用】 参加費1,200円(教材費込み)。申込時に納入してください
- 【申込】 5/12(火)～6/12(金)(受付時間:10時～21時)に屯田地区センター(札幌市北区屯田5条6丁目3-21)へ直接。先着
- 【問合せ】 屯田地区センターTEL011-772-1811、ホームページhttps://tonden-chiku.com/

タイトル 人生の1/3を変える 眠りと枕の体験講座

- 【内容】 眠りの質を大きく左右する寝具。実際にベッドに横になり、スリープアドバイザー(眠りの研究家)から自分に合った寝具の選び方を学びます
- 【日時】 5/28(木)10時～11時30分
- 【会場】 新琴似・新川地区センター(札幌市北区新琴似2条8丁目1-20)
- 【定員】 12人
- 【費用】 参加費500円。5/28(木)当日に納入してください
- 【申込】 電話、直接。5/11(月)(受付時間:9時～21時)から新琴似・新川地区センター(札幌市北区新琴似2条8丁目1-20、TEL011-765-5910)へ。先着
- 【問合せ】 新琴似・新川地区センターTEL011-765-5910、ホームページhttps://www.shinkotoni-shinkawacc.com/

タイトル 三ツ星絵本を楽しむ時間

- 【内容】 三ツ星絵本とは…一. 見てよし、二. 読んでよし、三. 味わってよしの魅力いっぱい絵本のこと。そんな絵本を読み聞かせとブックトークで紹介します
- 【日時】 5/14(木)10時30分～11時30分
- 【会場】 北区民センター 3階児童室(札幌市北区北25条西6丁目1-1)
- 【対象】 赤ちゃん連れの方も歓迎します
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページhttps://www.kitakuce.jp/

タイトル ボランティアによる美術への誘い

- 【内容】 北海道美術館協会のボランティアが、美術の魅力を楽しみご案内!アルテピア紹介から工芸、山口逢春、ピカソまで幅広くお届けします
- 【日時】 6/6(土)13時30分～15時
- 【会場】 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)
- 【定員】 20人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入

し、5/11(月)～6/5(金)(受付時間:9時～21時)に北区民センター(札幌市北区北25条西6丁目1-1、TEL011-757-3511、FAX011-717-1139)へ。先着

- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページhttps://www.kitakuce.jp/

タイトル みんなの茶の間講座

- 【内容】 「町内会をみんなで支え、くらしやすいまちをつくらう」
地域住民と町内会の関係をみんなで考えてみましょう
講師：札幌市市民自治推進課 担当係長
- 【日時】 6/18(木)14時～15時30分
- 【会場】 北区民センター 3階実習室(札幌市北区北25条西6丁目1-1)
- 【定員】 15人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入し、5/11(月)～6/18(木)(受付時間:9時～21時)に北区民センター(札幌市北区北25条西6丁目1-1、TEL011-757-3511、FAX011-717-1139)へ。先着。6/18(木)の申込受付時間は講座開始時間まで
- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページhttps://www.kitakuce.jp/

タイトル YOSAKOIソーラン教室

- 【内容】 YOSAKOIソーランを北海道大学“縁”の皆さんに教わり、親睦を図る催しです。全4回、教室に参加した成果を北区民センター文化祭で発表します
- 【日時】 6/20(土)・7/25(土)・9/19(土)・10/17(土)10時～12時。全4回
- 【会場】 北区民センター 3階ホール(札幌市北区北25条西6丁目1-1)
- 【定員】 20人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入し、5/11(月)～6/19(金)(受付時間:9時～21時)に北区民センター(札幌市北区北25条西6丁目1-1、TEL011-757-3511、FAX011-717-1139)へ。先着
- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページhttps://www.kitakuce.jp/

タイトル ～自分は大丈夫！？～金融犯罪の手口と対策

- 【内容】 特殊詐欺・SNS型投資詐欺・ロマンス詐欺の事例を共有し、危険度をチェックして防止策を学ぼう
講師：北海道労働金庫営業推進部調査役 早勢真樹氏
- 【日時】 6/23(火)10時～11時
- 【会場】 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)
- 【定員】 15人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、ファクス、直接。申し込み時の必要事項を記入し、5/11(月)～6/23(火)(受付時間:9時～21時)に北区民センター(札幌市北区北25条西6丁目1-1、TEL011-757-3511、FAX011-717-1139)へ。先着。6/23(火)の申込受付時間は講座開始時間まで
- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページhttps://www.kitakuce.jp/

<北区／子ども・子育て>

タイトル 絵本読み聞かせ「ドリームランド」

- 【内容】 月2回、第1・3金曜日開催。読み聞かせ、紙芝居、手遊び、昔遊びなどを行います
- 【日時】 5/15(金)、6/5(金)10時～11時
- 【会場】 太平百合が原地区センター 2階和室(札幌市北区太平12条2丁目1-17)
- 【対象】 北区在住の方
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 太平百合が原地区センターTEL011-770-6531、ホームページ<http://fc00081120170110.web3.blks.jp/index.html>

<北区／趣味・教養>

タイトル たのしく陶芸

- 【内容】 毎回人気の陶芸講座です。土とふれあうのはとても楽しいよ！世界でひとつ、自分だけの器を作ろう！
- 【日時】 6/13(土)13時～15時
- 【会場】 太平百合が原地区センター 2階実習室(札幌市北区太平12条2丁目1-17)
- 【対象】 札幌市内在住または勤務の方
- 【定員】 16人
- 【費用】 1,200円(参加費800円、教材費400円)。6/4(木)までに納入してください
- 【申込】 電話、直接。5/29(金)～6/4(木)(受付時間:9時～21時)に太平百合が原地区センター(札幌市北区太平12条2丁目1-17、TEL011-770-6531)へ。先着
- 【問合せ】 太平百合が原地区センターTEL011-770-6531、ホームページ<http://fc00081120170110.web3.blks.jp/>

タイトル スマートフォン講座(中級編)

- 【内容】 普段使っているスマホをより便利に活用したい方のための講座です。ベテラン講師がわかりやすく指導いたします。当日は、お使いのスマートフォンをご持参ください(機種は問いません)
- 【日時】 6/17(水)・6/18(木)・6/20(土)10時～12時。全3回
- 【会場】 太平百合が原地区センター 2階実習室(札幌市北区太平12条2丁目1-17)
- 【対象】 札幌市内に在住または勤務の方
- 【定員】 8人
- 【費用】 2,400円(参加費2,100円、教材費300円)。6/10(水)までに納入してください
- 【申込】 電話、直接。6/4(木)～6/10(水)(受付時間:9時～21時)に太平百合が原地区センター(札幌市北区太平12条2丁目1-17、TEL011-770-6531)へ。先着
- 【問合せ】 太平百合が原地区センターTEL011-770-6531、ホームページ<http://fc00081120170110.web3.blks.jp/>

タイトル 手ぶらでOK!ハンドドリップコーヒー講座

- 【内容】 おうちでもお店のようなコーヒーを楽しみませんか？淹れ方ひとつでもっと美味しくなるコツを学びます。ハンドドリップ用具は貸し出します
- 【日時】 5/24(日)10時～12時
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条

6丁目1-1)

- 【定員】 5組。1組2人まで参加可能
- 【費用】 1,500円。5/24(日)当日に納入してください。講座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客都合によるキャンセルは費用のお支払いが発生しますのでご了承ください
- 【申込】 電話、直接。5/3(日・祝)～5/17(日)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaicc.com/>

タイトル 初心者女性のための健康マージャン講座

- 【内容】 「賭けない・飲まない・吸わない」麻雀です。頭脳の活性化や仲間同士のコミュニケーションを図ります
- 【日時】 6/3(水)・6/10(水)・6/17(水)・6/24(水)9時30分～11時30分。全4回
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1)
- 【対象】 女性のみ
- 【定員】 20人
- 【費用】 3,000円(参加費2,000円、教材費1,000円)。初回6/3(水)に納入してください。講座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客都合によるキャンセルは各費用のお支払いが発生しますのでご了承ください
- 【申込】 電話、直接。5/13(水)～5/27(水)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaicc.com/>

タイトル 初めてのぬか床教室

- 【内容】 ぬか床の作り方を学びます。ぬか床には腸内環境を整え、便秘解消や美白効果もあります。当日は、エプロン、筆記用具、お好みの塩75gをお持ちください
- 【日時】 6/8(月)10時～12時
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 1,500円(参加費1,000円、教材費500円)。6/8(月)当日に納入してください。講座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客都合によるキャンセルは各費用のお支払いが発生しますのでご了承ください
- 【申込】 電話、直接。5/18(月)～6/1(月)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaicc.com/>

タイトル 初めてのでも簡単!旅先英語

- 【内容】 海外旅行先の空港やレストランなどで生かせる簡単な英会話を学びます
- 【日時】 6/9(火)・6/23(火)・7/7(火)・7/21(火)9時30分～11時。全4回
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 参加費2,000円。初回6/9(火)に納入してください。講

座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客様都合によるキャンセルは参加費のお支払いが発生しますのでご了承ください

- 【申込】 電話、直接。5/19(火)～6/2(火)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaiicc.com/>

タイトル 温泉でリフレッシュ！講座～春編～

- 【内容】 温泉とは？泉質や効果、入浴方法などを学びます。道内及び篠路近郊のおススメの温泉紹介もあります。講師は、温泉ソムリエマスターの片山一幸氏です。当日は、筆記用具をお持ちください
- 【日時】 6/11(木)10時～11時30分
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【定員】 20人
- 【費用】 受講料300円。6/11(木)当日に納入してください
- 【申込】 電話、直接。5/20(水)～6/6(土)(受付時間:9時～17時)に篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目11-1、TEL011-771-3700)へ。先着
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

タイトル フラダンス講座「あなたもフラガール」

- 【内容】 全3回の講座でフラダンスの基礎を学び、1曲踊れるようになる初心者向け講座です。当日は、飲み物をお持ちのうえ、動きやすい服装でお越しください
- 【日時】 6/12(金)・6/19(金)・6/26(金)13時～14時。全3回
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 受講料1,800円。初回6/12(金)に納入してください
- 【申込】 電話、直接。5/20(水)～6/10(水)(受付時間:9時～17時)に篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目11-1、TEL011-771-3700)へ。先着
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

タイトル ポールdeウォーク～春編～

- 【内容】 ポールウォーキングは両手に2本の専用のポールを持つだけで、誰でもすぐに始められる運動です。姿勢改善、ダイエット、筋力アップで健康を手に入れましょう。当日は、飲み物、汗拭きタオルをお持ちのうえ、動きやすい服装でお越しください
- 【日時】 6/19(金)10時～11時30分
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 受講料500円。6/19(金)当日に納入してください
- 【申込】 電話、直接。6/1(月)～6/14(日)(受付時間:9時～17時)に篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目11-1、TEL011-771-3700)へ。先着
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

<北区／子ども・子育て>

タイトル おはなしの会 まんまるころころ

- 【内容】 幼児から絵本の好きな大人の方もどうぞ。季節にあった絵本や紙芝居の読み聞かせをします
- 【日時】 5/16(土)10時30分～11時30分
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

タイトル おはなしの会

- 【内容】 読み聞かせボランティア「つくしんぼ」による、楽しい手遊びや絵本・紙芝居などの読み聞かせです
- 【日時】 6/6(土)11時～11時30分
- 【会場】 北区民センター 3階児童室(札幌市北区北25条西6丁目1-1)
- 【対象】 赤ちゃんから大人の方までどなたでも参加できます
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページ<https://www.kitakuce.jp/>

タイトル 地域の子育てタイム・まんまるちびちび

- 【内容】 子育て中のお母さん、お父さんの情報交換・友達作りの場として毎月第4木曜日にお部屋を開放します。絵本やおもちゃもあります。今月は「足形アート」を行います
- 【日時】 5/28(木)10時～11時30分
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【費用】 無料
- 【申込】 当日直接会場へ
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

<北区／健康>

タイトル 春の百合が原フットパス

- 【内容】 歩くのに最適な季節になりました！きれいな景色を楽しみつつ健康づくりしませんか？
- 【日時】 5/30(土)9時30分～12時
- 【会場】 百合が原公園(札幌市北区百合が原公園210)
- 【対象】 札幌市内在住または勤務の方
- 【定員】 20人
- 【費用】 参加費400円。5/23(土)までに納入してください
- 【申込】 電話、直接。5/15(金)～5/23(土)(受付時間:9時～21時)に太平百合が原地区センター(札幌市北区太平12条2丁目1-17、TEL011-770-6531)へ。先着
- 【問合せ】 太平百合が原地区センターTEL011-770-6531、ホームページ<http://fc00081120170110.web3.blks.jp/>

タイトル 大人から始めるソウルダンスレッスン

- 【内容】 懐かしい70年代～90年代の洋楽に乗って楽しく体を動かしませんか？簡単なステップでダンス未経験者も気

軽にできます。ストレス解消効果や日常生活の疲れを癒す効果もあります

- 【日時】 6/2(火)・6/9(火)・6/16(火)・6/23(火)10時30分～11時30分。全4回
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1)
- 【定員】 15人
- 【費用】 参加費2,000円。初回6/2(火)に納入してください。講座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客都合によるキャンセルは参加費のお支払いが発生しますのでご了承ください
- 【申込】 電話、直接。5/12(火)～5/26(火)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaiicc.com/>

目1-1)

【問合せ】 北区民センターTEL011-757-3511、ホームページ<https://www.kitakuce.jp/>

タイトル **心と身体を元気にする！耳つぼ教室**

- 【内容】 耳は全身の縮図とも言われ、ツボが集中しています。耳つぼを刺激し、自身や家族の健康に役立てましょう。講師が耳つぼジュエリーを貼ります
- 【日時】 6/29(月)10時～12時
- 【会場】 拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1)
- 【定員】 14人
- 【費用】 2,000円(参加費1,000円、教材費1,000円)。6/29(月)当日に納入してください。講座が中止となった場合を除き、締切日以降のお客都合によるキャンセルは各費用のお支払いが発生しますのでご了承ください
- 【申込】 電話、直接。6/8(月)～6/22(月)(受付時間:9時～20時30分)に拓北・あいの里地区センター(札幌市北区あいの里1条6丁目1-1、TEL011-778-8000)へ。抽選
- 【問合せ】 拓北・あいの里地区センターTEL011-778-8000、ホームページ<https://www.takuaiicc.com/>

タイトル **きてみて！みんなで踊ろう！阿波踊り講座**

- 【内容】 見る人に笑顔と元気をあげられる阿波踊り。鳴り物に合わせて両手をあげて右足、左足と全身を使って楽しく踊ります。当日は、飲み物をお持ちのうえ、動きやすい服装でお越しください
- 【日時】 6/3(水)・6/10(水)・6/17(水)18時～19時30分。全3回
- 【会場】 篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1)
- 【定員】 10人
- 【費用】 無料
- 【申込】 電話、直接。5/11(月)～5/30(土)(受付時間:9時～17時)に篠路コミュニティセンター(札幌市北区篠路3条8丁目1-1、TEL011-771-3700)へ。先着
- 【問合せ】 篠路コミュニティセンターTEL011-771-3700、ホームページ<https://www.shino-comi.jp/>

<北区／その他>

タイトル **蔵書一斉点検**

- 【内容】 蔵書一斉点検のため図書室を休室します
- 【日時】 5/16(土)～5/22(金)
- 【会場】 北区民センター 3階図書室(札幌市北区北25条西6丁