

ら・ちえりあ

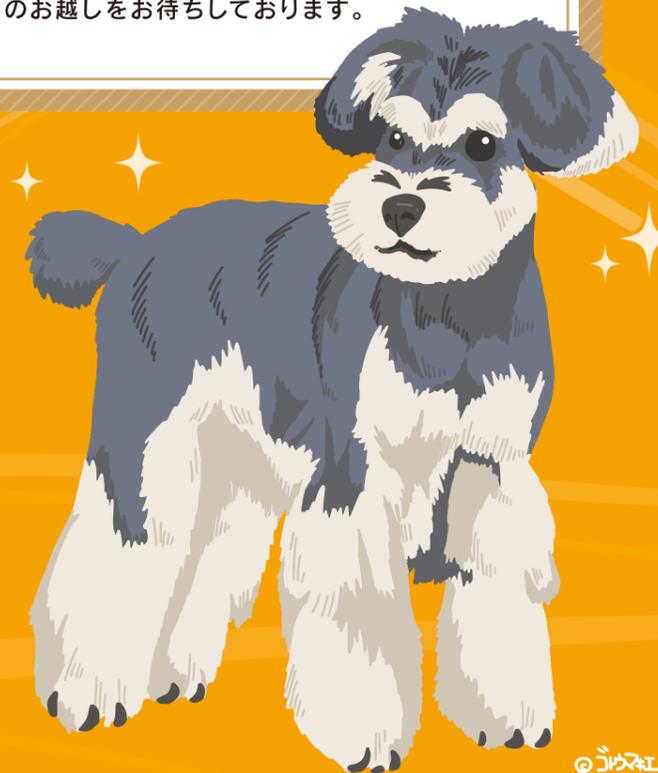
あなたの「学びたい」が見つかる

特集ページ情報

今年は作品展示を開催 ちえりあサークル発表会



ちえりあで活動をしているサークルが、日ごろの学習活動の成果を発表します。
いろいろな作品に触れることで、新しい活動を始めるきっかけが見つかるかもしれません！
皆さまのお越しをお待ちしております。



札幌市生涯学習センター

ちえりあ LINE 公式アカウント



あなたのLINEにちえりあの**広報誌**
最新号を**すぐ**にお届け！

ちえりあのおすすめ講座情報を
大好評配信中!すぐに申し込みも可能!

友だち登録は
ここから



札幌市生涯学習センター 事業課 TEL:011-671-2311 〒063-0051 札幌市西区宮の沢1条1丁目1-10

利用者みなさまへ 札幌市生涯学習総合センターは改修工事に伴い休館します

施設の長寿命化等のため改修工事を実施します。
安全性等を考慮して、2021年3月から2022年1月までの改修期間中は休館することとなりました。

● 休館期間 ●
令和3年(2021)
3月1日
から
令和4年(2022)
1月31日

※工事の状況等によって変動する
場合があります

なんで休館するの? 電気・機械設備の改修や外壁・天井の改修工事などを実施します。

休館中はどうなるの? 一般利用者の建物・敷地内への立ち入りはできなくなります。
貸室等の各施設の利用のほか、ちえりあ内の通り抜けもできません。

ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

ちえりあへのアクセス

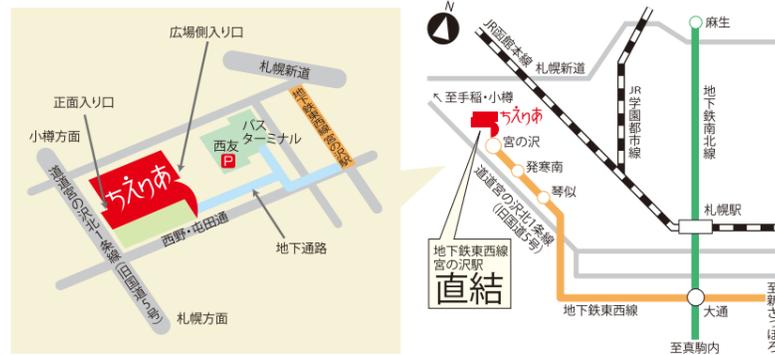
地下鉄
東西線「宮の沢」駅から地下直結 徒歩5分

JRバス・中央バス
「宮の沢バスターミナル」下車(地下直結)
「西町北20丁目」下車(徒歩1分程度)

駐車場
西友駐車場をご利用ください
1時間まで駐車無料
館内にある駐車券認証機をご利用いただくと
さらに1時間無料

開館時間 8:45~22:00
休館日 第2月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12月29日~1月3日)

※お越しの際はなるべく公共交通機関をご利用ください



ちえりあ

札幌市生涯学習センター指定管理者 公益財団法人札幌市生涯学習振興財団

講座・イベントに関するお問い合わせ 事業課 671-2311
貸室・施設に関するお問い合わせ 施設課 671-2200



生涯学習によって、毎日の暮らしを豊かに
過ごしている人を毎号紹介します。



ちりめん細工
すずき さほ
鈴木 佐保さん

サークルでも“学び合い”を大切にしながら活動しています

ご近所先生企画講座の終了後に立ち上げたサークル団体「ちりめん細工」の代表として活躍している鈴木佐保さんに、サークル活動についてお話を伺いました。

●サークルを始めたきっかけを教えてください

2016年に開講したご近所先生企画講座です。以前から「ご近所先生」の存在は知っていたのですが、講師になるには特別な資格が必要だと思っていました。ある時、ご近所先生講師募集のチラシを見る機会があり説明会に参加したところ、趣味で得た知識を生かして講師活動をされている方のお話を聞くことができたので、ご近所先生に応募しました。ご近所先生企画講座は5回で講座が終了してしましますが、受講生の方から「このまま終わるのはもったいないので、講座終了後も活動を続けたい」という声をいただき、サークルとして立ち上げました。

●サークルの特徴はどのようなところですか

作品づくりだけでなく、日本文化も学びながらすすめることを意識しています。今は、江戸時代の娘さんの人形を作っているのですが、その特徴について事前に調べてきたことをメンバーと話し合い、ご近所先生の理念と同じ“学び合い”を大切にしています。活動は気軽に参加できるよう月2回、和やかな雰囲気で行っています。今回の自粛期間でサークル活動もお休みとなりましたが、活動再開後、メンバーが活動を待ち望んでくれたことを聞き、サークルの意義を感じました。制作する作品は、季節に合わせたものやメンバーの声を聞きながら決めていて、2~4回で1個の作品を完成させています。「ちりめん」という和のイメージが強いですが、過去にはちりめんを使ったクリスマスリースづくりにもチャレンジしました。毎回、メンバー同士で完成した作品を披露し合うのですが、メンバーが喜んでる姿を見ると嬉しく思います。

私は完成作品をイメージしやすくするために、事前にサンプルづくりをするのですが、どんな作品を作ろうかと考える時間はとても楽

しいです。一方で、サンプルづくりと同時に製図や説明資料を作るのですが、この説明資料づくりが一番大変な作業です。サンプルをつくりながらメモをとり、メモを基に資料を作るのですが、文字で伝えることの難しさを痛感しながら悪戦苦闘しています。

●サークル発表会に出展すると聞きました

今年はメンバーのみなさんが主体となって、展示する作品やレイアウト、掲示物などを検討してくれています。サークル発表会は、友達や家族だけではなく多くの人に日頃の成果を披露できる貴重な場です。今年はコロナ禍で活動がストップしていた期間も長く作品づくりの時間も限られてしまいましたが、今は、来てくださったみなさまに楽しんでいただけるよう作品づくりの追い込みに入っています。ちりめん細工の魅力は、古布で作品を作ることだと思います。作品をとおして古布の柔らかさ、包みこむような不思議な魅力に触れていただくと嬉しいです。

ちりめん細工との出会い

最初に始めた手工芸は紙人形で10年くらい続けましたが、通っていた教室が閉鎖することになりました。その後、いろいろなジャンルの物づくりに挑戦しましたが、なかなかピンとくるものに出会えずにいたところ、細やかな「しほ」のある布を使って人形などを作る「ちりめん細工」の展示会に誘っていただき、「こんな作品を作りたい」との思いから教室に通うようになりました。もう20年も前のことです。もともと細かい作業は得意なほうではありませんでしたので、これほど長く続けていることに自分でも驚いています。その後、ご近所先生企画講座を開講する機会をいただき現在のサークル活動につながっています。サークルでは常時メンバーを募集しています。ご興味のある方は、お問い合わせください。

※ちえりあのサークル情報は、館内で配布しているサークルガイドやホームページで紹介しています。

ちえりあ サークル発表会

作品展示
- 学びの成果を発表 -

札幌市生涯学習センターでは、毎年11月に日ごろの学びの成果を発表する「サークル発表会」を開催します。今年度は、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、舞踊や音楽といったちえりあホールでの舞台発表は中止し、ロビーおよびギャラリーでの作品展示のみ開催いたします。力のこもった作品の数々をぜひご覧ください。

展示日時

11月26日(木)～11月30日(月)

8:45～22:00 ※最終日は15:00まで

札幌市生涯学習センター 1階ロビーおよびギャラリー

期間中は自由にご覧いただけますので、ご都合の良い時間にお越しください。



※写真は過去の様子です。

参加団体 (順不同)

- 羊毛フェルト ちつくちく
- 茶楽
- 染研会
- 青園書道サークル
- 書道五葉会
- ちりめん細工
- わくわくアート～心の解放～
- 彩り字手紙
- Study Amu Amu
- 色えんぴつ画教室
- 透明水彩サークル花明り
- パステルG
- フジノン友の会
- 古民家を描くトミー
- 中国水墨画サークル
- いわい陶芸サークル
- 手織りサークル



作品展示は無料でご覧いただけます。

ご近所先生企画講座

講師と受講生が“学びあう”講座

「教えたい」方々と「学びたい」方々が集まって講師も受講生と一緒に学んでいく、「学び合い」を基本としたアットホームな講座です。

“学びの輪”をあなたのそばにも

ちえりあ(生涯学習センター)のほか、区民センター、図書館など地域の公共施設でも開催します。

ご近所先生企画講座共通事項

回数	定員	受講料
全5回	10名	3,000円 別途教材費などが必要な講座があります。

※今号に掲載している講座は、本年夏期に開講予定だったものの、感染症拡大防止のため中止(延期)となった講座です。
なお、講師の都合などにより、夏期に予定していた講座でも今回開講ができなくなった講座もございます。ご了承ください。

共催 札幌市区民センター運営委員会、北区民センター、藤野地区センター

ご近所先生企画講座連携会場一覧

会場名	住所	公共交通手段
手稲区民センター	手)前田1-11	JR「手稲」駅北口より徒歩5分
中央区民センター	中)南2西10	地下鉄東西線「西11丁目」駅より徒歩5分
北区民センター	北)北25西6	地下鉄南北線「北24条」駅より徒歩7分
豊平区民センター	豊)平岸6-10	中央バス「豊平区役所」より徒歩3分
白石区民センター	白)南郷通1南8	地下鉄東西線「白石」駅6番出口直結

会場名	住所	公共交通手段
藤野地区センター	南)藤野2-7	じょうてつバス「十五島公園」より徒歩5分
中央図書館	中)南22西13	市電「中央図書館前」下車すぐ
東札幌図書館	白)東札幌4-4	地下鉄東西線「東札幌」駅より徒歩10分

ミニ講座随時更新中!

「教えたい」方々と「学びたい」方々が集まって講師も受講生と一緒に学んでいく、「学び合い」を基本としたアットホームな「ご近所先生企画講座」。ここで活躍中の講師によるミニ講座を無料配信しています。



1月に開講する講座を担当する講師(一部のミニ講座も配信中です!)

- タイ式ヨガ ルーシーダットン
- かんたん! バルーンアートで遊ぼう
- 簡単アロマセラピー実践
- 動画配信入門
- 70歳からの終の住処の選び方
- 手軽に吹こう ハーモニカ
- 手持ち服でお洒落に魅せるコツ
- エクセルの関数 SUMIFってなに?
- イタリア語超入門講座
- 気候変動・自然災害から紐解く北海道の歴史
- あへあほ呼吸体操
- ワクワク気軽にバレエエクササイズ
- 人体のしくみ大解剖!

配信する YouTube チャンネル

URL
https://bit.ly/2yO3ccY



←スマホ・タブレットの方はこちらから

連携会場

手稲区民センター/手)前田1-11

タイ式健康体操 ルーシーダットン ～簡単で安全なポーズ&ストレッチ～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

やさしいポーズでも、体がほっかぽか。血行を促進して、健康増進にもダイエットにも!

【講師】太田 麻理子

1/25～2/22 毎週月曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円



藤野地区センター/南)藤野2-7

香りを楽しむ正しいアロマセラピー ～15種類の香りで魅力アップ!～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

アロマを正しく安全に使う基礎知識を学び、香りを取り入れた生活を楽しみましょう。

【講師】志摩 柚生子

1/13～2/24 毎週水曜
10:00～12:00(全5回)
※1/20、2/17を除く
■受講料 3,000円
■教材費 800円



中央図書館/中)南22西13

語り継ぐ「自分史」作り ～書き方のコツ、教えます～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

皆さんの生きざま、家族や地域への思いを手作り新聞・冊子に綴り次世代に届けよう。

【講師】網島 洋一

1/19～2/16 毎週火曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 500円



東札幌図書館/白)東札幌4-4

70歳からの終の住処 ～後悔しない家選び～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

あなたの生き方を応援してくれる、安心できる高齢者向け住宅の選び方を教えます。

【講師】小野寺 さゆみ

1/19～2/16 毎週火曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 500円



中央区民センター/中)南2西10

似合う服だけで暮らす。 ～好きな服を“似合う服”にするワザ～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

クローゼットに眠っている服を目覚めさせて、お洒落なコーディネートで毎日を楽しもう!

【講師】柳谷 真理子

1/27～2/24 毎週水曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 1,000円
■対象 女性



北区民センター/北)北25西6

ここから始める投資の基礎 ～株式・債券・投資信託～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

投資商品の仕組みを理解し、資産運用に活かせる知識を身につける初心者向けの講座です。

【講師】恩田 雅之

1/29～2/26 毎週金曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



豊平区民センター/豊)平岸6-10

イタリアを知る

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

あなたもきっと好きになる! 生活、音楽、美術、言語... 魅力あふれるイタリアを紹介します。

【講師】北村 清美

1/22～2/19 毎週金曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



白石区民センター/白)南郷通1南8

男のヨガ!!

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

筋肉量の多い男性は体が硬くなりがち。周りの目を気にせずマイペースでヨガにチャレンジ!

【講師】笹山 愉香

1/22～2/19 毎週金曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■対象 男性



ちえりあ会場

あへあほ鼻呼吸体操 ～ハミングで体の芯から元気に!～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

日々の姿勢・歩き方など、鼻呼吸と共に基本動作を改善してイキイキした毎日を!

【講師】かずえ

1/18～2/22 毎週月曜
10:00～12:00(全5回)
※2/8を除く
■受講料 3,000円
■教材費 30円



初めてでも楽しく描ける鉛筆画と墨絵

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

鉛筆画、墨画 ステキな作品に一度挑戦してみませんか。

【講師】浅井 康曠

1/18～2/22 毎週月曜
10:00～12:00(全5回)
※2/8を除く
■受講料 3,000円
■教材費 2,000円



北海道開拓の光と陰 ～北方から読み解く近代日本の実相～

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

隣国ロシアとの関係は、日本の近代史そのもの。その歴史を北海道開拓の視点から検証。

【講師】河野 至緒

1/18～2/22 毎週月曜
14:00～16:00(全5回)
※2/8を除く
■受講料 3,000円
■教材費 300円



デジカメ習得基礎講座
～あなたもまちのカメラマン～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

カメラ初心者を対象にデジカメの操作方法などをやさしく学び、デジカメの基本習得を目指します。

【講師】江上 宏

1/18～2/22
毎週月曜
14:00～16:00(全5回)
※2/8を除く
■受講料 3,000円
■教材費 300円
■対象 デジタルカメラをお持ちの方



気軽にバレエエクササイズ
～姿勢を整えて元気に歩ける体を～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

バレエ初心者大歓迎!自分の体を知ってゆがみを改善し、バレエ気分も味わおう!

【講師】遠藤 涼子

1/19～2/16
毎週火曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円



色彩心理学で心を元気に!
～ほんとうの私と出会う色の世界～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

絵具やクレヨンで思うままに表現しよう。色の力を借りると、あなたの心はグッと活性化!

【講師】岸 泉

1/19～2/16
毎週火曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 600円



初めてのカーリング体験
～誰でも簡単 床上カーリング～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

円盤を投げ得点を競うスポーツ。激しい運動はありません。集中力を高めて、心地よい汗を!

【講師】蒲原 史起

1/21～2/25
毎週木曜
14:00～16:00(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 300円



全然分からないから始めるパソコン
～まずは電源と操作と検索から～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

全くゼロからパソコンを始める講座です。まずは電源を入れてマウスの操作からです。

【講師】竹田 慎一

1/21～2/25 毎週木曜
14:00～16:00(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 300円
■対象 これからパソコンやタブレットを始めた方



心も元気になれるメイクセラピー
～メイクの基本技法と心との関わり～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

メイクの基本と実技を学びながら自分らしさを発見して、心も元気に笑顔になりましょう。

【講師】島部 都

1/21～2/25
毎週木曜
18:45～20:45(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 500円
■対象 女性



人体のしくみ大解剖!
～心臓・肺・肝臓・腎臓・胃・腸まで～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

中学高校レベルの人体の構造の知識を学ぶことで、生活習慣病予防にもつながります。

【講師】大川 徹

1/19～2/16
毎週火曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



バルーンアートで動物園を作ろう!

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

風船で人気のかわいい動物を制作。一芸を身に付け、カラフルな世界を楽しみませんか?

【講師】もふ☆もふ

1/19～2/16
毎週火曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 1,000円



ピカピカのフラダンス

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

美しいメロディーラインの2曲に挑戦。心と身体で学ぶフラ。自然と笑顔がピカピカに!

【講師】進藤 真紀

1/27～2/24
毎週水曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■対象 女性



消えゆく札幌の古民家を描き残す

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

雪が滑り落ちる三角屋根や煙突、出窓など、懐かしくかわいい姿を好きな画材で描き残します。

【講師】富崎 圭祐

1/22～2/19
毎週金曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



爽快!セルフストレッチ!!
～余すところなく動く・自分が目覚める～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

セルフストレッチは自分へのご褒美!心と体にやさしい運動を習慣にしてみませんか?

【講師】麻生 雅子

1/16～2/13
毎週土曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 100円



仕事で使えるエクセル講座

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

職場でエクセルをもっと活用したい方、一緒に勉強しませんか?

【講師】木下 千晶

1/16～2/13
毎週土曜
10:00～12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円
■対象 60代ぐらいまでで、日常的にエクセルを使用している方



～日本新三大夜景～
札幌夜景の魅力

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

老若男女に愛される夜景。でも夜景ってなぜきれいなの?そのなぜを要素ごとに学びます。

【講師】廣田 大

1/20～2/17
毎週水曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



背骨コンディショニングで健康に
～〇〇の症状には、こんな体操!～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

腰痛・肩こりや他の症状に応じた簡単な体操で心も体もスッキリ!めざせ、痛みとおさらば!

【講師】岡崎 真佐子

1/20～2/17
毎週水曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 1,800円



写真で始めるYouTube
～明日からあなたもYouTuber～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

スライドショー制作から投稿まで手順と方法を学びます。

【講師】田中 茂

1/20～2/17
毎週水曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 1,200円
■対象 ホームページを閲覧できる程度のパソコン操作ができる方



70代から大切な体操と筋トレ
～正しい呼吸法と運動で若々しい体に～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

快適な人生を送るため、40年以上毎日続けている体づくりを、78歳の講師がご紹介します。

【講師】嘉指 毅

1/16～2/13
毎週土曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



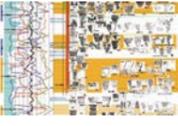
～気候変動・自然災害から紐解く～
北海道の原始・古代史

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

湖沼のボーリングデータと自然災害史から、過去3万年のヒトの移動と歴史を考えます。

【講師】宮塚 義人

1/16～2/13
毎週土曜
14:00～16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



マイケル・ジャクソンの魅力に迫る
～クールな逸話やムーンウォーク体験～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

マイケルの魅力について語り合しましょう。毎回少しずつのムーンウォーク体験もあります。

【講師】スメリー鈴木

1/23～2/20
毎週土曜
18:45～20:45(全5回)
■受講料 3,000円



友達になろうハーモニカと
～手軽に吹いて音色を楽しもう～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

仲間と一緒に楽しくハーモニカを吹いて健康な体にしましょう。初めての方も一緒に♪

【講師】小澤 加代子

1/21～2/25 毎週木曜
10:00～12:00(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 150円
■対象 ハーモニカ(C調)をお持ちの方



安心。60代からの薬の知識
～氾濫する情報に惑わされない～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

聞いて損はない薬剤師の話。必要な薬を正しく使おう。爽りある100歳人生と向き合うために。

【講師】高橋 保志

1/21～2/25
毎週木曜
10:00～12:00(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 300円



やる気が起きる生前整理の方法
～体力のある50代から始めませんか?～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**10名**

つつい先延ばしになる生前整理。片づけのコツが分かれば、重い腰も上がります。

【講師】竹腰 美春

1/14～2/18
毎週木曜
14:00～16:00(全5回)
※2/11を除く
■受講料 3,000円
■教材費 500円



ご近所先生企画講座 講師募集説明会中止のお知らせ

例年春と秋に開催しておりました「ご近所先生企画講座 講師募集説明会」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、本年度の説明会の開催を見送ることといたしました。また、来年度(2021年度)はちえりあの改修工事による休館に伴い、ちえりあ以外の会場のみでの講座開催となることから、実施できる講座数が少なくなるため、新規の講師の募集は行いません。次回の新規の講師募集は、2021年10月から11月ごろとなる予定です。

お待ちいただいている皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいますよう、お願い申し上げます。



まちづくり・スキルアップ

「気になる」ことから始めるまち活動 ～趣味や特技がまちに役立つ実例講座～

先着順受付中 | 定員20名

身近な活動がまちに関わるきっかけに！活動する方から話を聞き、その方法を学びます。

コーディネーター | 磐石塚計画デザイン事務所
蔵田 恵

■受講料 1,500円



おすすめポイント

2人のゲスト講師を迎え、日頃の活動を紹介いただき、身近な興味や何気なく大切に思っていることがどんなふうにつながり、まちに役立っているのかを聞いてみます。
これから一歩踏み出してみたい人は実践者のお話を聞いてみませんか。

11/5 (木)
14:00～16:00

趣味や特技がまちづくりにつながるとは？
実際の活動を聞いてみよう
●NPOボラギャング・こども食堂「よるちせ」
野澤 美香

11/12 (木)
14:00～16:00

実際の活動を聞いてみよう
●野菜ばくばくキッチン・サルベージパーティ
北海道野菜を盛りあげ隊
和田 順子

基礎から学ぶSDGs ～社会に役立つキーワード～

先着順受付中 | 定員15名

SDGsって私たちの生活とどう関係しているの？基礎から楽しくお伝えします！

講師 | NPO法人札幌チャレンジド
理事長 加納 尚明

■開催日時 11/7～11/14
毎週土曜
10:00～12:00(全2回)

■受講料 1,500円



SDGs(エスディジーズ、Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標))は2030年に向けて、世界が合意した国際社会共通の17の目標です。

「子ども食堂」の現状とこれから ～支援したい方、食堂を始めたい方へ～

先着順受付中 | 定員10名

子ども食堂に関わりたい、支援したい、と考えている方へ、事前学習となる情報をお伝えします。

講師 | 子ども食堂研究者
二本松 一将

■開催日時 10/26
月曜
14:00～16:00

■受講料 800円



カメラで始めるボランティア活動！ ～あなたの趣味が社会貢献に♪～

先着順受付中 | 定員10名

カメラ操作に自信がない方でも、過去の受講修了者によるサポートもあり安心して受講できます。

講師 | フォトボランティア「ボレボレ」
会長 江上 宏 他

■開催日時 11/5、11/19
木曜
18:45～20:15(全2回)

■受講料 1,500円

■対象 デジタルカメラをお持ちの方



食品ロスとフードバンク活動 ～できることを知る第一歩～

先着順受付中 | 定員10名

もったいない食品をどう減らしていくか、フードバンクの活動から考えてみませんか。

講師 | NPO法人
フードバンクイコロさっぽろ
代表 片岡 有喜子

■開催日時 11/11
水曜
14:00～16:00

■受講料 800円

ボランティアやサポーターに興味がある方もこの講座をきっかけにフードバンク活動を知ってませんか？

動物福祉を学ぶ ～円山動物園の取り組み～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員10名

円山動物園の取り組みを通して、「動物福祉とは何か?」「なぜ動物福祉は必要なのか?」を学びます。

講師 | 札幌市円山動物園
飼育展示課
飼育展示二担当係長
石橋 佑規 他

■開催日時 2/2 火曜 14:00～16:00
2/9 火曜 13:30～15:30
2/9は札幌市円山動物園
(中央区宮ヶ丘3番地1)で現地学習

■受講料 1,500円
■別途入園料 800円



ビジネス・スキルアップ

～お薦めのプロが教える～ 相手の心に飛び込む魔法の対人術

先着順受付中 | 定員10名

ビジネスにも私生活にも！よりよい伝え方・態度・接し方のポイントを、トークライブ感覚で楽しく学習！

講師 | 日本俳優連合(理事長:西田敏行)
日本演劇教育連盟全国委員
藤女子大学非常勤講師
金田一 仁志

■開催日時 11/28
土曜
10:00～12:00

■受講料 1,600円

おすすめポイント

商品の良さを正しく伝える「テレビショッピング」歴40年の講師から、「対人コミュニケーション」を学ぶ講座です。あなたの日ごろのコミュニケーションを見つめなおし、ビジネスや私生活などさまざまな場面の「対人術」を向上させましょう！



納得から共感へ。プレゼン力を高めよう！

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員12名

講義と演習を通して、提案や企画内容を効果的に伝えるプレゼン力を学びます。

講師 | マーケティングプランナー
臼井 栄三

■開催日時 1/15～2/19
毎週金曜
19:00～21:00(全6回)

■受講料 8,600円



趣味・教養を 広げる

はじめての短歌創作 ～(新しい生活様式)を詠む～

先着順受付中 | 定員10名

短歌のおもしろさを学んで、はじめての短歌を作ってみませんか？

講師 北海道大学 人文学部
日本文化学科
教授 田中 綾

開催日時 11/6
金曜
14:00～16:00

受講料 1,100円

おすすめポイント

北海道新聞の日曜文芸欄のコラム「書棚から歌を」を連載している歌人・田中綾さんを講師に迎え、短歌の文化に触れながら、実際にテーマに合わせて創作をします

ちえりあ学習 ボランティア 企画講座



日記は語る!もう一つの幕末・維新 ～箱館最後の奉行・杉浦誠の生きざま～

先着順受付中 | 定員35名

極めて優秀な人物が着任した箱館奉行。中でも最後の奉行・杉浦誠は卓越していた。

講師 幕末箱館歴史研究者
近井 健治

開催日時 11/12～12/10
毎週木曜
14:00～16:00(全4回)
※11/19を除く

受講料 3,600円



幕末志士と刀剣

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

一振りへの刀に託す幕末動乱の志士群像。その佩刀には、秘められた歴史と物語がある。

講師 北海道龍馬会
事務局長
小宮山 一夫

開催日時 11/14～2/4
毎週木曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円



北海道とロシアの交流史 ～日本初の隣国領事館は箱館に設置～

先着順受付中 | 定員30名

ロシアはペリーより60年も前に開国を求め根室に来航した。北海道とロシアの交流を概観する。

講師 札幌大学
教授 川上 淳 他

開催日時 11/5～11/26
毎週木曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円



旧ロシア領事館
イラスト 國田 洋治

パンデミックの歴史を紐解く ～過去に学び今をのり越える～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員20名

感染症を歴史から考察し、最善の方向を知り明るい日常を取り戻しましょう。

講師 北海道医療大学
看護福祉学部
教授 塚本 容子

開催日時 1/18～2/15
毎週月曜
14:00～16:00(全4回)
※2/8を除く

受講料 3,600円



解説!現代史・冬 ～中南米と米…反米と親米の構図～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

日本からは地球の裏側にあたる中南米の諸国。超大国アメリカとの関係から考えます。

講師 地中海文化研究者
手嶋 兼輔

開催日時 2/4～2/25
毎週木曜
10:00～12:00(全4回)

受講料 3,600円



ここまで進化しているAI ～私たちの未来を考えてみよう～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

AIの歴史と発展を学び、最新の研究と応用事例から未来社会への活用を考える。

講師 北海道情報大学 経営情報学部
教授 長尾 光悦 他

開催日時 1/30～2/27
毎週土曜
14:00～16:00(全4回)
※2/20を除く

受講料 3,600円



口腔ケアで楽しむ美味しい食事! ～健康維持に大切なおクチの話～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

おクチは全身の健康に関わっており、快適な生活を送るための口腔ケアを学びましょう。

講師 北海道医療大学 歯学部
教授 越野 寿 他

開催日時 2/3～2/24
毎週水曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円



「さっぽろ市民カレッジ」の受講にあたっては、感染防止対策のため以下の点にご協力いただきますようお願いいたします。

- 講座の当日は、検温をお願いいたします。
- 受付時に、健康状態の確認をお願いしております。以下の健康状態の方は、受講できません。
- 37.5度以上の発熱があった場合
- 息苦しさ、強いだるさ、味覚・嗅覚障害、咳やのどの痛みなど風邪症状がある場合
- 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触があり、陰性が確認されていない場合
- 講座受講中は必ずマスクをご着用ください。※マスクの着用がない場合は、受講できません。
- こまめな手洗い、手指消毒をお願いいたします。
- ソーシャルディスタンス(距離を取って)にご協力ください。
- 換気を行いますので、温度変化に対応できる服装でお越しください。

お問い合わせ 札幌市生涯学習センター事業課 (011)671-2311

映画ってやっぱり素晴らしい ～名作に描かれた「家族」を語る～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

日本映画から「家族」をテーマとした作品を選び、その見どころや楽しみ方を解説します。

講師 映像・演劇史家
檜部 一視

開催日時 2/4～2/25
毎週木曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円



荒ぶる気候と札幌の河川 ～水害から市民を守る新治水対策～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

温暖化により増加する豪雨に備え、札幌周辺河川の氾濫を予測し、治水について考えます。

講師 北海道大学大学院
工学研究院 特任教授
今 日出人 他

開催日時 2/5～2/26
毎週金曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円



市民と市立札幌大通高校の
生徒と一緒に学ぶ講座

学社融合 講座

特徴

◆都心の高校で学んでみませんか？

市立札幌大通高校(北2西11)の生徒と大人と一緒に学ぶ講座です。
三部定時制の新しいタイプの高校で、生徒気分に戻って学びましょう！

◆お申し込み方法などは13ページをご覧ください。

※定員に満たない場合は、締め切り後もお申し込みいただけます。空き状況はお電話(011-671-2311)でお問い合わせください。

市立札幌大通高等学校 札幌市中央区北2条西11丁目

《アクセス》

公共交通機関をご利用ください

■地下鉄

東西線「西11丁目」駅から徒歩6分

■JR

「札幌」駅から徒歩18分
「桑園」駅から徒歩20分

■市電

「中央区役所前」停留場から徒歩7分



仕事や生活に役立つ！ モノと時間の整理術

先着順受付中 定員10名

思考の整理をすることで、上手に時間を管理する方法を学びます。

講師 ライフオーガナイザー®
田川 瑞枝

■開催日時 11/11~12/23
毎週水曜
15:20~16:50(全5回)
※11/25、12/16を除く
■受講料 6,000円



感じるデッサン 「色彩編」

申し込み締め切り 10月25日(日) 定員10名

初心者でも大丈夫！
色彩の基本を学び、あなたの絵をワンランクUPさせます。

講師 美術講師
竹居田 圭子

■開催日時 12/4~2/5
毎週金曜
10:25~11:55(全7回)
※12/25、1/1、1/8を除く
■受講料 4,500円
■教材費 700円

仕事に使えるエクセル活用術 ~PCの仕組みの理解から始めます~

申し込み締め切り 10月25日(日) 定員10名

PCの仕組みを理解した後、関数や表計算の実習を通してエクセルの機能を身に付けます。

講師 ナニカ製作所
所長 竹田 慎一

■開催日時 12/4~2/5 毎週金曜
17:50~19:20(全7回)
※12/25、1/1、1/8を除く
■受講料 7,200円
■教材費 700円
■対象 パソコンの基本操作ができる方

大人のためのボールペン講座・実践編

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

さまざまな場面や書式に合わせた美しい文字で印象アップを目指しましょう！

講師 国際現代書道展会員
磯部 馨香

■開催日時 1/13~2/24
毎週水曜
17:50~19:20(全5回)
※2/10、2/17を除く
■受講料 6,000円

おすすめポイント

実践的なボールペン字のコツを身につける練習です。

仕事や生活に役立つ！ モノとお金の整理術

申し込み締め切り 11月25日(水) 定員10名

自分に合ったお金の管理能力を身に付け、これからの仕事への活力にしましょう。

講師 ライフオーガナイザー®
田川 瑞枝

■開催日時 1/13~2/24
毎週水曜
15:20~16:50(全5回)
※2/10、2/17を除く
■受講料 6,000円



日本では災害が多いので、簡単な言葉で伝えることができるようになって勉強になりました。

コミュニケーションはやわらかく伝えることが大切だと分かりました。

~外国の方とのお付き合いのコツ~ やさしい日本語と英語で場面練習

申し込み締め切り 10月25日(日) 定員10名

やさしい日本語とやさしい英語を使って外国籍の方々とのお付き合いの仕方を学びます。

講師 SIL 札幌日本語学校
島 治美 他

■開催日時 12/2~2/24
毎週水曜
13:30~15:00(全8回)
※12/16、12/30、1/6、2/10、2/17を除く
■受講料 4,300円

受講者の声

講座専用FAX申込用紙

FAX 011-671-2334
※番号はお間違えのないようご注意ください。

受付日付	担当	入力日付	担当	発送日時	担当
講座名		氏名		住所	
ふりがな		名		区	
電話番号		年齢 / 性別		歳 男・女	
この冊子の入手先		ちえりあ・郵便局・他公共施設・その他			

※個人情報に関する取り扱いについて
お預かりした個人情報は、さっぽろ市民カレッジ講座などの事業の円滑な実施、各種アンケート、イベント案内などのため使用させていただきます。個人情報は、法令その他の規範を守って適切に管理し、あらかじめお客様の同意を得ることなく、目的以外に使用することや第三者に提供することはありません。

講座のお申し込みから受講までの流れ

STEP 1 受講したい講座を申し込む

申し込み方法 はがき/FAX/ホームページ/ご来館

必要事項 講座名/氏名(ふりがな)/郵便番号/住所/電話番号/年齢・性別

締め切り 申し込み締め切り日(必着)までに上記の方法でお申し込みください。

〒063-0051 札幌市西区宮の沢1条1丁目1-10
札幌市生涯学習センター 事業課 FAX 011-671-2334 URL <http://chieria.slp.or.jp/>

STEP 2 結果が届く

お申し込みされたすべての方に、受講の可否を郵便にてお知らせします。
(通常、講座の応募締め切り日から10日以内にお届けします)
※受講が決まった方には、受講決定通知書(所持品、会場、詳しい講座内容を記載)、払込取扱票などをお送りします。
※受講決定通知書が届いた後に、やむを得ず受講ができなくなった場合は必ずご連絡ください。

STEP 3 受講料のお支払い

郵便振替・銀行振り込みまたは現金での事前納入をお願いいたします。
(詳細は受講決定通知書をご確認ください)
※一度ご納入いただいた受講料の返金はできませんのでご了承ください。ただし、市外への転居や本人の転勤・入院など、やむを得ない事情と認める場合は例外とします。その場合についても、規定の手数料¥1,100をいただきます。
※開講後の講座の受講料は、いかなる理由があっても返金できません。

STEP 4 開講当日、会場へ

受講決定通知書に記載されている、所持品・会場等を確認の上、講座開始の15分ほど前までに会場にお越しください。
※ご近所先生企画講座については開講前にオリエンテーションを行うものがあります。

受講対象	主に15歳以上の札幌市民または札幌市内に勤務・通学している方(一部子ども対象講座あり)。
講座内容の変更について	講師の都合によって講座内容および日程が変更になることがあります。
受講料以外の費用について	受講にともなう教材費、現地学習にともなう諸費用などは自己負担となります。

受講料の割引について

〈さぼ一と会員〉
下記講座は受講料が¥1,000割引になります。

- 相手の心に飛び込む魔法の対人術
- 仕事や生活に役立つ!モノと時間の整理術
- 仕事に使えるエクセル活用術
- 仕事や生活に役立つ!モノとお金の整理術
- 大人のためのボールペン講座・実践編
- 納得から共感へ。プレゼン力を高めよう!

割引手続きの流れ (STEP2以降)

受講決定
さぼ一とさっぽろ事務局へ利用券の申請
札幌市生涯学習センターへ割引利用の連絡
受講料納入(割引金額)※現金での納入はできません
講座初回、会場受付にて利用券の提出

さぼ一とさっぽろ事務局 公益財団法人札幌市中小企業共済センター TEL221-3984

10月 ちえりあホール・ロビー イベントスケジュール

※主催者の都合により、イベント名・開催日時・入場料等が変更になることがあります。

日	曜日	イベント名	開場時間	開演時間	会場	入場料		問い合わせ先 / TEL / 備考
						前売り	当日	
12	月	休館日						

11月

日	曜日	イベント名	開場時間	開演時間	会場	入場料		問い合わせ先 / TEL
						前売り	当日	
7	土	サッポロウインドオーケストラ 2020 コンサート ~音楽は人をつなぐ言葉~	13:30	14:00	ホール	無料	無料 (要整理券)	サッポロウインドオーケストラ(原田) 011-622-6888
9	月	休館日						
15	日	エトワールバレエスタジオ 研修会	13:00 (予定)	13:30 (予定)	ホール	未定	未定	エトワールバレエスタジオ (松井) 011-892-5127/090-2873-7329
21	土	「記憶」札幌上映会	18:30	19:00	ホール	無料	無料	「記憶」札幌上映会実行委員会 (富澤) 080-5641-1077

ちえりあCDコンサート ※今回は新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮した形での開催となります。

無料

- マスクの着用をお願いします。(着用されていない場合は入場できません。)
- 入場時に検温をさせていただきます。(37.5度以上の場合は入場できません。)

10/21(水) 14:00~14:40 (13:50開場)

ダイレクトステップ(ジャズ)

[演奏]ハービー・ハンコック

名曲「バタフライ」の再演など、3曲を「究極のジャズ・ファンク」といふべき熱演をお届けします。

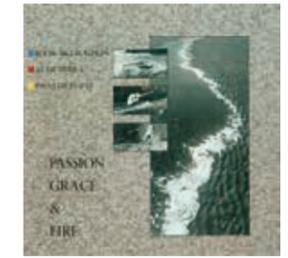


11/25(水) 14:00~14:40 (13:45開場)

パッション グレイス&ファイア~情炎

[演奏]アル・ディ・メオラ パコ・デルシア ジョン・マクラフリン

スーパー・ギター・トリオによるアコースティック・ギターの可能性の限界に挑んだ演奏をお届けします。



■定員:15名(先着順) ※定員を減らしての開催となります。 ■会場:5F 音楽研修室 ■申し込み方法:当日直接会場へ

「おとなの学び場MAP7」発行しました。

年2回発行している、札幌市内及び近郊の生涯学習施設の情報をまとめたさっぽろ生涯学習情報誌「おとなの学び場MAP」の第7号を発行しました。

「おとなの学び場MAP」には30以上の施設の利用案内や開館時間、休館日といった詳細情報が掲載されています。また、第7号では、「ちえりあ公式LINEアカウント」「ちえりあメールマガジン」「ご自宅先生ミニ講座」といったちえりあのオンラインサービスが特集記事で掲載されていて、充実した1冊となっています。

ぜひお手にとってご覧ください。

配布場所 ちえりあ1階 メディアプラザ



お問い合わせ先

札幌市生涯学習センター
メディアプラザ

(011)671-2121

新型コロナウイルス感染症対策に伴うイベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症対策の一環として、皆さまの安全と安心を熟慮した結果、下記イベントは中止いたします。

参加を楽しみにしていた皆さまには大変ご迷惑をおかけしますことをお詫び申し上げます。

どうぞご理解賜りますよう何卒よろしくお願い申し上げます。



■ちえりあ映画会 10月、11月実施分 ■ちえりあロビーコンサート 10月、11月実施分 ■おはなし会 10月、11月実施分

お問い合わせ 札幌市生涯学習センター メディアプラザ TEL:011-671-2121

ら・ちえりあ 次号のお知らせ

これまで、奇数月に発行しておりました「ら・ちえりあ」ですが、新型コロナウイルス感染症対策のため講座やイベントの延期や中止が相次いだことから発行月を変更しております。

次号は「ら・ちえりあ 12・1月号(vol.77)」の発行を予定しております。

※札幌市の感染状況等を勘案し、講座やイベントが中止となった場合は、12・1月号の発行が中止となる場合があります。

ちえりあ川柳大募集!

最初は小さな種も、努力で大きな成果につながります。学びも同じです。まだまだ制約のある日々が続くようですが、努力することを忘れずにいたいですね。ちえりあでは講座に参加したり本を読んだりといった皆さんの学びの風景を描いた川柳を募集しています。採用された作品は広報誌「ら・ちえりあ」に掲載します。

●下記までハガキもしくはFAXでお送りください。
〒063-0051 札幌市西区宮の沢1条1丁目1-10
札幌市生涯学習センター事業課
ちえりあ川柳係 FAX 671-2334



松岡 方子