

2026・2027
11・12・1月
vol.101

ら・ちえりあって

あなたの「学びたい」が見つかる

巻頭インタビュー

アップル水彩サークル
ポム水彩サークル 主宰
田中 孝昌さん



さっぽろ市民カレッジ 講座情報

さまざまなジャンルの
講座を多数掲載



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
紹介します。



アップル水彩サークル
ポム水彩サークル 主宰

た な か た か ま さ
田中 孝昌さん

**楽しいからこそ、続けたいくなる。
個性を生かしてのびのびと描くことを大事にしています。**

2023年～2024年に開講したご近所先生企画講座「やさしい透明水彩画入門」の修了後に誕生した2つのサークルで主宰をしている田中孝昌さんに生涯学習についてお話を伺いました。

1 サークル誕生のきっかけ

— まずはサークルについて教えてください。

サークルは2つあって「アップル水彩サークル」「ポム水彩サークル」という、どちらも月に2回ずつ活動している透明水彩のサークルです。2023～2024年にご近所先生企画講座を3回開講し、そのときに受講された方から「続けたい」という声があり、サークルが誕生しました。講座では「りんごの絵」を描いてもらっていたので、それがサークル名の由来になっています。

2 自由に楽しく、お互いの良いところを見つけ合う

— どんな雰囲気のサークルですか。

皆さん気兼ねなく、楽しく描いています。モチーフを限定していないので、描きたいものを持ち寄って、自由に描くということを大事にしています。部屋に飾るための小さい作品を描いたり、展示用の絵に挑戦したり、個性を生かしてのびのびと描くことが楽しみに繋がっていると思います。技術はお伝えしますが、感性は人それぞれ持っているものを大切にしてほしいですね。

ほめ合う場面も多いかもしれません。絵画教室では、講評の時間がありますが、ここでは講評はせずに、お互いの良いところを見つけ合ってもらっています。展示会は3回、ちえりあで開催しました。最初の頃は恥ずかしがっていた方も、2回目からは「この作品にしよう」「あれが良いかな」など和気あいあいと描いています。

3 ご近所先生企画講座との出会い

— 田中さんが水彩の講師になったきっかけを教えてください。

定年退職を機に、九州から北海道に移住しました。水彩はもともと習っていて、個展を開催したこともあったので、札幌でも何かできればと思い、展示ができるスペースを探していたところ、ちえりあを見つけました。そして、個展の準備でちえりあに行った際に見つけたのが、「ご近所先生企画講座」の講師募集です。これまで「講師」はしたことがありませんでしたが、せっかくの機会だったので、応募しました。ご近所先生企画講座のコンセプトの一つに「学び合い」という言葉がありますよね。最初に聞いたときにはピンときていませんでしたが、実際に講座が始まると「学び合い」を感じることができました。受講者の方からリクエストをもらったり、この方がわかりやすいかなと考えたり、私自身も学ぶことが多かったです。

— 田中さんにとって生涯学習とはどんなものですか？

楽しみながら続けられることですね。その中で、人と人がつながり合ったり、学び合ったり、そういう精神が腑に落ちるような感じがします。これからも、みんなそれぞれのペースで描きながら、たまに展示会を開催して、良い時間を過ごしていきたいですね。

田中さんの水彩サークルでも利用された、作品展示ができるギャラリー（無料）があります。サークルや市民団体の成果発表の場としてお使いいただけます。



詳しくはちえりあ施設課(011-671-2200)までお問い合わせください。

イベントレポート

年に一度のちえりあのお祭り

「ちえりあフェスティバル2026」を開催しました

8月23日、さわやかな晴れの日曜日にちえりあ館内や広場でたくさんのイベントを行いました。今年は「まなび・あそび・なぞとき大冒険」をテーマに、宇宙体験や昔の遊び、ホールの裏側や謎解きなど、さまざまな“冒険”が繰り広げられました。

ちえりあホールでは普段見られない舞台のしくみやスポットライトの体験をしたり、映像スタジオでは緑色のスクリーンの前に立っているだけで世界旅行を味わったり、広い講堂ではプラネタリウムで星を探したり、それぞれの部屋の特徴を生かしたイベントも開催しました。「宝の地図」を手にとって、館内の4つの謎を

探る子どもたち、広場のステージイベントを楽しむ学生や新聞紙でスリッパづくりに挑戦する大人、昔遊びを教えるボランティアの皆さん…、思い思いに夏のひと時を楽しんでいる様子でした。

サークルの作品展や壁画づくりコーナーは、フェスティバルが終わった後も展示を続けていたので、多くの方に見ていただくことができました。この体験が「学ぶって楽しい」「何かやってみたい」と生涯学習に興味を持つきっかけになっていたらうれしいです。今年もご参加いただき、ありがとうございました！

当日のようす



さっぽろ市民カレッジ

さっぽろ市民カレッジ

受講者募集中

札幌市生涯学習センター 西区宮の沢1-1

《アクセス》

■地下鉄／東西線「宮の沢」駅より地下直結 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

■駐車場／マックスバリュ宮の沢店の駐車場をご利用ください。

※ちえりあ館内にある発券機で駐車サービス券を発券していただくとう入車から2時間無料

ちえりあ学習ボランティア企画講座 ときめき☆創作ワークショップ ～アートで広がるあなたの世界～

先着順受付中

定員30名

正解のない時代を軽やかに生きるための思考を3つの作品づくりで育みましょう。

講師 札幌市立大学 デザイン学部
准教授 横溝 賢 他

■開催日時 11/6～27 金曜
14:00～16:00(全4回)

■受講料 3,600円

ちえりあ学習ボランティア企画講座 森林と私たちの暮らし ～森・川・海がつむぐ生態系の連環～

先着順受付中

定員30名

森は地球の命を育む「緑のゆりかご」。森にいま何が起きているかを学び、その未来を考えます。

講師 北海道大学大学院農学研究院
教授 森本 淳子 他

■開催日時 11/10～12/8 火曜 14:00～16:00(全4回)
※11/17を除く

■受講料 3,600円

～利用者目線のその先へ～ “体験”からつくるUXデザイン入門

先着順受付中

定員20名

なぜか手に取りたくなる商品やサービス…答えは色や形ではなく「体験」の中に隠れている！

講師 札幌市立大学 デザイン学部
教授 伊藤 健世

■開催日時 11/11、18 水曜
19:00～20:30(全2回)

■受講料 3,000円

～Z世代との関わりにも役立つ！～ 「良い問いかけ」とはなんだろう？

先着順受付中

定員20名

「問い」の質を上げること、その流れを振り返ることが相手との関係性を高めます！

講師 北海道当別高等学校
教諭 古谷 知之

■開催日時 11/7、14 土曜
10:00～12:00(全2回)

■受講料 3,000円



ちえりあ学習ボランティア企画講座 眠りの知識が生活を変える ～生活習慣から見直す快眠術～

先着順受付中

定員30名

心と体を支える大切な基盤である睡眠を見直し、元気に暮らすためのヒントを探してみませんか。

講師 東海大学生物学部生物学科
教授 寺尾 晶

■開催日時 11/11～12/2 水曜
14:30～16:30(全4回)

■受講料 3,600円

～見るだけでは終わらない～ ミュージアムを楽しみつくす方法

先着順受付中

定員30名

展示会の思い出を料理で表現したり、“博物館浴”をしてみたり…余韻の味わい方教えます！

講師 ミュージアムグッズ愛好家
大澤 夏美

■開催日時 11/13 金曜
14:00～16:00

■受講料 800円

大人の発達障がい理解する ～動機づけ面接を用いて話を聞こう～

先着順受付中 | 定員50名

動機づけ面接を用いたコミュニケーションを取る方法など、一緒に仕事をする工夫を考えます。

講師 | 北海道医療大学心理科学部
准教授 金澤 潤一郎

■開催日時 11/17 火曜
18:45～20:45

■受講料 1,600円

インスタ活用術

～活動の魅力を上手に伝えよう～

先着順受付中 | 定員30名

ただ投稿するだけではもったいない。活動の魅力が「伝わる」発信に。

講師 | 株式会社nearLaboONE
柳橋 理彩子

■開催日時 11/21、28 土曜 9:45～11:45(全2回)

■受講料 1,500円

■対象 団体のInstagramを運用している方

仕事に参る!急速進化のAI活用術

～頼れる「AI(アイ)棒」最前線～

先着順受付中 | 定員30名

ビジネスパーソン必須スキル! AI活用術で、仕事や生活をますます便利に!

講師 | 公立千歳科学技術大学
准教授 山川 広人

■開催日時 12/10、17 木曜
18:45～20:45(全2回)

■受講料 3,000円



～刺さる、響く、惹きつける!～ パワー倍増のキャッチコピー発想法

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員20名

心に響くキャッチコピーの発想法と作り方、効果的に身につけよう!

講師 | マーケティングプランナー
臼井 栄三

■開催日時 1/9～2/6 土曜 14:00～16:00(全4回)
※1/30を除く

■受講料 6,000円

ちえりあ学習ボランティア企画講座 昆布ロードの歴史浪漫!! ～北前船が育んだ出汁文化と大陸交易～

先着順受付中 | 定員80名

北海道の昆布が和食の出汁文化を育み、長崎と琉球から昆布が大陸に輸出された壮大な歴史をたどります。

講師 | 北海道武蔵女子短期大学
教授 齋藤 貴之 他

■開催日時 ①11/19、26、12/3 木曜 14:00～16:00
②12/11 金曜 14:00～16:00(全4回)

■受講料 3,600円

～描いた未来を現実に!～ 書くのが楽しくなる手帳活用術

先着順受付中 | 定員30名

やりたい仕事ややりたい自分を書く!目標が行動に変わる手帳活用法を試してみませんか。

講師 | マンダラチャート認定講師
さとう ゆきえ

■開催日時 11/21 土曜
14:00～16:00

■受講料 1,600円



雪印メグミルク株式会社連携講座

牛のお話と工場探検! ～バターづくりに挑戦しよう～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員20組40名

牛と牛乳の秘密を知って、バターづくりにチャレンジしてみよう!

講師 | 雪印メグミルク株式会社酪農と乳の歴史館
スタッフ

■開催日時 1/8 金曜 9:30～11:30

■受講料 700円

■会場 雪印メグミルク酪農と乳の歴史館

■対象 小学生(要:保護者同伴1名)

※アレルギーのある方はお問い合わせください。

～仕事の質は、睡眠で変わる!～ 働く人のための睡眠マネジメント

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

あなたの睡眠型は何でしょうか?眠りを変えて、仕事も変えてみましょう。

講師 | 東海大学生物学部生物学科
教授 寺尾 晶

■開催日時 1/19～2/6 火曜
18:45～20:45(全2回)

■受講料 3,000円

地域活動に役立つWord ～ちらし作りで楽しく学ぶ～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員20名

文字や写真を組み合わせ、見やすく伝わる案内文づくりのコツを身につけます。

講師 | ナニカ製作所
所長 竹田 慎一

■開催日時 1/20、27 水曜 14:00～16:00(全2回)

■受講料 1,500円

■対象 キーボードとマウスが使える方

ちえりあ学習ボランティア企画講座 身近な衛生設備「トイレ」の価値 ～サニテーションをめぐる価値連鎖～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

健康を守る下水道事業の持続性の課題を学び、トイレの新たな役割と未来を考えませんか。

講師 | 北海道大学名誉教授
船水 尚行

■開催日時 1/26～2/16 火曜
14:00～16:00(全4回)

■受講料 3,600円

株式会社明治連携講座

発見!チョコレートのみみつ ～カカオでつながる世界のひとびと～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 各回15組30名

チョコレートが私たちの手に届くまでの裏側をご紹介!デコチョコビスケットづくりにも挑戦!

講師 | 株式会社明治
食育担当 スタッフ

■開催日時 1/30 土曜
(午前の部)10:30～12:00
(午後の部)13:30～15:00

■受講料 800円 ■対象 小学3～6年生(要:保護者同伴)

※アレルギーのある方はお問い合わせください。

なぜ、あの企業は成功したか? ～事例から学ぶ「こころ」の判断～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

企業の成功と成長を支えた「戦略」と「意思決定」を、事例から読み解きます。

講師 | 北海学園大学経営学部
教授 今野 喜文

■開催日時 2/2～16 火曜
18:45～20:45(全3回)

■受講料 4,200円



自分を知り、相手を知る ～LEGO®SERIOUSPLAY®をととして～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

自分と相手を知り、違いを認め合うことで、豊かな関係を築くための思考法を学びます!

講師 | LEGO®SERIOUSPLAY®
メンポットと教材活用トレーニング
修了認定ファシリテーター 新保 仁広

■開催日時 1/22、29 金曜 19:00～20:30(全2回)

■受講料 3,000円

ちえりあ学習ボランティア企画講座 体幹をきたえて元気な毎日 ～無理なくすっきり健康づくり～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員30名

日常生活で重要な体幹の役割を理解し、無理なく体幹を鍛えて毎日の健康を支えよう。

講師 | 札幌医科大学保健医療学部
教授 谷口 圭吾 他

■開催日時 1/29～2/19 金曜
10:00～12:00(全4回)

■受講料 3,600円

おうちの防災力アップ大作戦!

～親子で備えて強くなる～

申し込み締め切り 11月25日(水) | 定員20組(1組の上履4名まで)

防災カードづくりや避難所グッズ体験など、知っておくと安心なものの備えを楽しみ学びます。

講師 | 特定非営利活動法人防災したっけ
代表理事 水口 綾香

■開催日時 1/31 日曜 10:00～12:00

■受講料 800円 ■対象 小学生(要:保護者同伴)

※保護者3名まで、ご参加可能です。

ちえりあ学習ボランティア企画講座 西洋美術の見方ー印象派を中心に ～なぜ名画が生まれたのか?～

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員30名

西洋美術史をさまざまな角度から学び、知的好奇心や感性を刺激し、日常を豊かに!

講師 | 北海道文学部
教授 谷古宇 尚 他

■開催日時 2/3～24 水曜
14:00～16:00(全4回)

■受講料 3,600円

放課後の子どもの居場所を考える
～支え合う理想のカタチ～

申し込み締め切り **12月25日(金)** | 定員**30名**

学童、放デイ、子ども食堂、フリースクールなど、放課後支援の在り方や連携を考えます。

講師 | 札幌学院大学文学部
准教授 井上 大樹

開催日時 2/6 土曜
13:30～16:30

受講料 1,500円

～散らかる会議を整理する～
ファシリテーション・グラフィック

申し込み締め切り **12月25日(金)** | 定員**20名**

○△□からはじめよう! みんなの意見を記録するコツ、教えます。

講師 | 石塚計画デザイン事務所
代表取締役 安富 啓

開催日時 2/13 土曜
10:00～12:00

受講料 1,600円

～令和シニアにこそオススメ～
知って、体験。すごいeスポーツ

申し込み締め切り **12月25日(金)** | 定員**20名**

認知機能の改善効果が!? いま全国で話題のeスポーツを学んで、楽しく体験!

講師 | 一般社団法人北海道eスポーツ協会
事務局 桝谷 稔

開催日時 2/18 木曜 13:00～15:00

受講料 800円

対象 60歳以上の方

ちえりあ学習ボランティア企画講座
地形と地質から学ぶさっぽろ物語
～札幌の大地の成り立ちを知ろう!～

申し込み締め切り **12月25日(金)** | 定員**30名**

札幌の山々や扇状地がもたらした自然の恵み。その地形と地質から考えられる自然災害の影響は?

講師 | 日本地質学会会員
前田 寿嗣 他

開催日時 2/18～3/11 木曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円

～「売れるかも」が見えてくる～
はじめてのハンドメイド副業

申し込み締め切り **12月25日(金)** | 定員**30名**

趣味の延長では売れないってホント? 体験ワークを通じて、安定的な副業を目指そう!

講師 | 株式会社シェアデザイン
代表取締役 齊藤 隆

開催日時 2/19、26 金曜
14:00～16:00(全2回)

受講料 3,000円

対象 インターネットを日常的に使用している方

東洋水産株式会社連携講座
おいしい「めんつゆ」の虎の巻! だしの秘密

申し込み締め切り **1月25日(月)** | 各回**20組40名**

おいしさの決め手「だし」を学ぼう! オリジナルのカップうどんづくりにチャレンジ!

講師 | 東洋水産株式会社
北海道工場 開発・品質管理課 スタッフ

開催日時 3/13 土曜
(午前の部) 10:00～12:00
(午後の部) 14:00～16:00

受講料 700円

対象 小学3年生～中学生(要:保護者同伴1名)
※アレルギーのある方はお問い合わせください。

ちえりあ学習ボランティア企画講座
北海道の知られざる戦後開拓
～なぜ戦後、原野を目指したのか～

申し込み締め切り **1月25日(月)** | 定員**30名**

戦火で居場所を失った人々を受け入れ、食糧増産基地となった北海道の20年を振り返ります。

講師 | ほっかいどう学を学ぶ会
前代表 森山 祐吾 他

開催日時 3/5～26 金曜
14:00～16:00(全4回)

受講料 3,600円

アサヒビール株式会社連携講座
お酒との上手な付き合い方
～お酒と酔いについて知ろう～

申し込み締め切り **1月25日(月)** | 定員**50名**

お酒の正しい知識と美味しい飲み方をマスターして、健康で楽しい毎日にしませんか?

講師 | アサヒビール株式会社
スタッフ

開催日時 3/18 木曜 14:00～16:00

受講料 1,100円

対象 20歳以上の方

学社融合講座
市立札幌大通高校の生徒と
一緒に学びます

ゼロから学ぶパワーポイント入門

先着順受付中 | 定員**15名**

使いこなせるようになると心強い! パワーポイントの基本操作をわかりやすく解説します。

講師 | ナニカ製作所
所長 竹田 慎一

開催日時 11/13～12/18 金曜 17:50～19:20(全5回)
※11/27を除く

受講料 6,000円

教材費 700円

韓国の言葉と文化を学ぼう!

先着順受付中 | 定員**15名**

ドラマや映画、食べ物など話題の文化から簡単な日常会話まで楽しく学んでみませんか。

講師 | 札幌国際大学 文学部
准教授 趙恵真 他

開催日時 12/16～2/24 水曜 13:30～15:00(全8回)
※12/30、1/6、2/10を除く

受講料 5,400円

仕事に使えるパワポ活用術
～効果的なプレゼンテーションのヒント～

申し込み締め切り **11月25日(水)** | 定員**15名**

いつものスライドがワンランクアップ! 明日から職場で役立つ効果的な作成方法を学びます。

講師 | ナニカ製作所
所長 竹田 慎一

開催日時 1/15～2/19 金曜 17:50～19:20(全5回)
※2/12を除く

受講料 6,000円

教材費 700円

対象 パソコンの基本操作ができる方

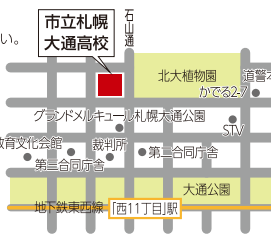
市立札幌大通高校 | **中央区北2西11**

《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」駅より
徒歩6分

■JR
「札幌」駅より徒歩18分
「桑園」駅より徒歩20分

■市電
「中央区役所前」停留場より
徒歩7分



ミツパチがつくるサッポロ(冬)
～ミツパチからの贈りもの～

先着順受付中 | 定員**15名**

「はちみつ」を通じて、自然の恵みと私たちの暮らしのつながりを感じてみましょう。

講師 | (一社)日本はちみつマイスター協会
認定アドバイザー 脇崎 郁恵 他

開催日時 12/4～2/19 金曜 13:30～15:00(全8回)
※12/25、1/1、1/8、2/12を除く

受講料 4,300円

教材費 800円 ※アレルギーのある方はお問い合わせください。

日常生活での簡単エクササイズ
～ながら体操と体幹トレ～

先着順受付中 | 定員**15名**

「忙しい」を言い訳にしない! 日常生活の動作がそのままエクササイズに変わる!

講師 | 理学療法士
大野 大地

開催日時 12/16～2/24 水曜 17:50～19:20(全8回)
※12/30、1/6、2/10を除く

受講料 5,400円

教材費 500円

～講座の様子～



ご近所先生企画講座

■講師と受講者が“学び合う”講座

「教えたい」方々と「学びたい」方々が集まり講師も受講者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

区民センター、地区センター、資料館や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	20名	3,000円 別途教材費

※一部の講座では、開講前にオリエンテーションを行い、講座の内容や持ち物について講師が説明します。
※申込者7名以上で開講となります。

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
中央区民センター	中)南3西11	地下鉄東西線「西11丁目」駅より徒歩5分
豊平区民センター	豊)平岸6-10	地下鉄東豊線「美園」駅より徒歩10分
西区民センター	西)琴似2-7	地下鉄東西線「琴似」駅より徒歩4分

会場名	住所	公共交通手段
澄川図書館	南)澄川4-4	中央バス「澄川小学校」徒歩4分
山の手図書館	西)山の手4-2	中央・JRバス「西区役所前」より徒歩8分

※澄川図書館にはエレベーター等の昇降設備がございません。

はじめての眼(め)ヨガ

～スマホ時代のアイケア～

【会場】豊平区民センター

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

眼の運動から始まる新しい毎日。いつでもどこでもできる、眼筋運動やツボ押しを学びます。

【講師】おおとり りこ

■開催日時 2/8～3/8 月曜 10:00～12:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 300円

※持病に不安のある方は、眼の周辺を押しても支障がないか主治医に相談の上、ご受講ください。

アートで脳活!

～見て、感じて脳を活性化～

【会場】山の手図書館

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

えっ、アートにこんな見方が? 目からウロコの鑑賞法でアタマが動きココロが躍る!

【講師】しろい まさき

■開催日時 2/8～3/8 月曜 14:00～16:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 500円

筋膜をゆるめて心と体を整える

～カチカチな体にさようなら～

【会場】中央区民センター

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

筋膜リリースやストレッチと全身運動で、無理なく本来の姿勢を取り戻しましょう。

【講師】佐藤 史子

■開催日時 2/9～3/16 火曜 18:45～20:45(全5回) ※2/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 300円

占いの基本

～知ってみたい? やってみたい?～

【会場】西区民センター

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

「占いを学びたいけど何からやれば...?」本格的に学んでみたい方のための入門講座です。

【講師】カヒノト

■開催日時 2/10～3/10 水曜 18:45～20:45(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 300円

筆ペンで味のある文字を描こう!

～書くから描くへ～

【会場】澄川図書館

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

字や絵が苦手でも、見て真似て、味のある字を描いてみましょう。

【講師】山口 由香

■開催日時 2/18～3/18 木曜 14:00～16:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 2,500円

ハワイ・行ったつもりツアー

～新しきハワイ&伝統あるハワイ～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

ハワイ・バーチャル旅をご一緒に! 最新ハワイを楽しむ探検。未知が喜びに変わります!

【講師】中東 栄子

■開催日時 2/9～3/16 火曜 14:00～16:00(全5回) ※2/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 300円

ゆるゆるストレッチ

～体がよるこぼメンテナンス～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

体をゆるめるストレッチと不調箇所の応急メンテナンスで、快適な体に変身できます。

【講師】小泉 純代

■開催日時 2/10～3/10 水曜 10:00～12:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 100円

知るほど安心! オトナのマネー学

～お金を上手に管理し、生かすコツ～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

ワークを通じて我が家流「生活防衛資金」の作り方やリスク許容度を知りましょう。

【講師】粕谷 俊明

■開催日時 2/12～3/12 金曜 10:00～12:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 300円

自分で計画・手配。旅に出よう

～目標は2泊3日の旅行計画～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

観光施設、宿泊所の調べ方や、チケットを手配する練習をします。どこへ行ってみたいですか?

【講師】小塩 信太郎

■開催日時 2/9～3/16 火曜 10:00～12:00(全5回) ※2/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 300円
■対象 パソコンの基本操作ができる方

草花や緑に触れ心も身体も元気に

～春に向けてお花好きさん集まれ!～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

植物に触れる創作活動を通して、五感で「園芸療法」を体験しよう。

【講師】堀 妃登美

■開催日時 2/9～3/16 火曜 14:00～16:00(全5回) ※2/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 2,500円

ボール・マケットニーの軌跡

～ウイングスの光と影に焦点をあてて～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

ビートルズ解散後に結成されたウイングスの変化と飛躍、そしてはかない運命を辿ります。

【講師】山内 敏幸

■開催日時 2/10～3/10 水曜 14:00～16:00(全5回)

■受講料 3,000円

かんたんマジック・はじめの一步

～身近な道具であなともマジシャン～

【会場】ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

「なんで? どうして?」が「なるほど!」に変わる瞬間の楽しさを味わってみませんか!!

【講師】坂田 久美子

■開催日時 2/12～3/12 金曜 14:00～16:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 500円

さっぽろ市民カレッジ

40歳からの美姿勢ベリーダンス ～くびれ美人で見た目年齢-5歳!～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

ダンス経験ゼロでも始められる大人のダンス。ト体系を整え、美姿勢で見た目年齢巻き戻し!

| 講師 | yuyu

■開催日時 2/12~3/12 金曜
14:00~16:00(全5回)
■受講料 3,000円



“半導体”ってなんだろう? ～超入門からあなたも専門家!～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

予備知識がなくても大丈夫。身の回りの生活の見え方がガラッと変わるかも!?

| 講師 | 富岡 克広

■開催日時 2/13~3/13 土曜
10:00~12:00(全5回)
■受講料 3,000円



初めてのデンマーク白糸刺しゅう ～ヘデボのシザーケース～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

基本のステッチやカットワーク、縁かがりなどを学び、シザーケースとキーパーを作ります。

| 講師 | 鈴木 宏美

■開催日時 2/18~3/18 木曜
10:00~12:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 2,500円



フラメンコで目指せ「姿勢」美人 ～運動靴で始める簡単フラメンコ～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

みんなの知っているあの曲で、楽しく美しく疲労回復!気軽に始めてみませんか?

| 講師 | 佐々木 陽子

■開催日時 2/18~3/18 木曜
18:45~20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 300円



Googleで作るWebサイト ～無料・簡単・最強のホームページ～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

ホームページ制作から管理まで。Google サイトの徹底活用法を学びます。

| 講師 | 田中 茂

■開催日時 2/12~3/12 金曜
18:45~20:45(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 3,000円
■対象 パソコンの基本操作ができ、日常的に利用している方



日本人の心、桜よ! ～桜の生態や歴史、名所～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

桜のあれこれを知って、この春はこれまで以上に桜鑑賞を楽しみませんか?

| 講師 | 林 五基

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



エッセイを書いてみよう

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り 12月25日(金) | 定員20名

自分にしか書けないことがきっとあるはず。色々な作品に触れながら学んでいきましょう。

| 講師 | 内記 規子

■開催日時 2/18~3/18 木曜
14:00~16:00(全5回)
■受講料 3,000円
■教材費 500円



～講座の様子～



ちえりあ ロビーコンサート

市内で活躍する音楽家の演奏をお楽しみください!

会 場

ちえりあ 1階ロビー

無料



11月14日(土) 12:15~12:45

榛音会 (はるおんかい)

榛音会は「さっぽろ人形浄瑠璃あしり座」義太夫部内のユニット。札幌市こどもの劇場やまびこ座の義太夫講習会卒業生です。情を語る義太夫節で陽気・女心・滑稽な曲を素浄瑠璃(語りと三味線演奏)でお届けします。

ちえテラスでおはなし会

会 場 1階ちえテラス(タリーズコーヒー内)

日 時 11月30日(月) 10:30~10:50
12月21日(月) 10:30~10:50

メディアプラザ職員が厳選した絵本の読み聞かせや簡単な手遊びなどで楽しく過ごしましょう。
お子さまはもちろん、大人の方も大歓迎!申し込みは不要。
当日直接会場にお越しください。



カメラボランティア展を開催しました

9月12日(土)~10月9日(金)にちえりあロビーでカメラボランティア展を開催しました。カメラボランティアは、さっぽろ市民カレッジの受講修了者で結成された、地域や学校などからの依頼でイベントを撮影するボランティアです。町内会のお祭りやコンサート、運動会など運営に忙しい主催者に代わって記録写真を撮影しています。ボランティアメンバーは「写った人に届き、喜ばれるのが励み」と話してくれました。



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 ちえりあ1階メディアプラザ
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(任意)/性別(任意)
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。

※講座ごとに締め切り日が異なります。※申し込み多数時は抽選となり
ます。抽選は締め切り日の翌日以降に行います。
※締め切り後、定員に達していない場合は開講日前日まで先着順で受け
付けます。

お申し込み

〒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 <https://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、受講決定のお知らせ(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。

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。
(詳細は受講決定のお知らせをご確認ください)
※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、市外への転居や入院など、やむを得ない事情があると認められ
る場合は例外とします。その場合についても、所定の手数料1,100円は
お支払いいただくことになります。
※開講後の講座の受講料は、いかなる理由があってもお返しできません。

STEP 4 開講当日、会場へ

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)
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。

【お問い合わせ】 TEL011-671-2311 (事業課)

受講料の割引について

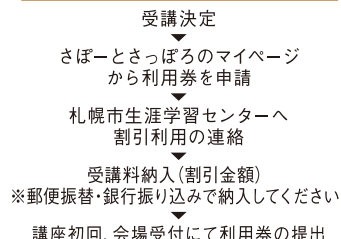
さぼーとさっぽろ会員

仕事上のスキルアップにつながる講座の受講料が1,000円割引になります。

- “体験”からつくるUXデザイン入門
- はじめてのハンドメイド副業
- 書くのが楽しくなる手帳活用術
- 「良い問いかけ」とはなんだろう?
- 働く人のための睡眠マネジメント
- 自分を知り、相手を知る
- 大人の発達障がいを理解する
- 仕事が捗る!急速進化のAI活用術
- パワー倍増のキャッチコピー発想法
- ファシリテーション・グラフィック
- なぜ、あの企業は成功したか?

上記以外も、札幌市生涯学習センターホームページの講座案内でタイトルの
前に「☆」がついている講座は受講料の割引対象です。

割引手続きの流れ(STEP2以降)



さぼーとさっぽろ事務局/公益財団法人札幌市中小企業共済センター TEL011-221-3061

推しを、もっと近くで。
最高の空間と音響で。

札幌市
生涯学習センター
ちえりあ
2026年度限定
試行実施

ホール貸切で #推し活プラン

～大スクリーンの圧倒的LIVE感!～



巨巻の大スクリーン
大迫力の映像で
推しに没入!



高音質サウンド
ライブ会場のような
臨場感!



踊れる&叫べる
ステージ上で、客席で、
楽しみ方はあなた次第!



少人数で貸切
あなただけの空間で
思う存分はじけよう!

3時間
貸切

18,000 (税込)
円

①9:00～12:00 ②13:30～16:30 ③18:30～21:30
※延長料金の設定はありません ※時間内に映像調整～撤収までを含みます

体験者の声

床が揺れるほどの
大音量とライブ感!
まるでライブの最前列!
聴いて、観て、踊って
いろんな楽しみ方ができた!
推しに近づける感覚!

主なご利用条件

- 30日以内でホールが空いている区分にお申し込み可能(直近10日間は不可)
例:10月1日にお申し込みいただける期間は、10月11日から10月31日分まで
- ご家族やご友人など、計10名程度まで入場可能
- 参加費等の集金は不可(本プラン料金の割引助は可)
- 個人で購入したブルーレイ等、著作権に問題のないソフトのみ上映可能
- ステージ上と一部の客席のみ立ち入り可能

☆詳細な条件はホームページをご確認ください

【お問い合わせ】
施設課 011-671-2200

プランの詳細と
お申し込みは
こちらから!



地域の学校・企業が受験生の学びを応援！

北海道科学大学が「自習室スポンサー」第1号に

毎年、受験シーズンになると、ちえりあで学習に励む中高生が増えます。そんな受験生を応援し、学びの場をさらに充実させる新たな取り組みとして、今年度試行的に「自習室スポンサー」制度をスタートしました。このたび、その第1号として、手稲区の「北海道科学大学」様にご協賛いただくことになりました！学習目的の方ならどなたでも無料でご利用いただけます。受験勉強や日々の学習に、ぜひご利用ください！

「大研修室」を自習室として開放します。

日程 11月 13日(金)、20日(金)、22日(日)、28日(土)、29日(日)、30日(月)

時間 午前10時から午後8時まで

「自習室スポンサー」は、受験生をはじめとした市民の学習を応援する地域の大学や企業が、自習室(大研修室)を誰でも無料で利用できるようにご協賛いただく制度です。現在「自習室スポンサー」を募集中です。地域の大学・企業の皆さま、若い方々の学びを応援する取り組みに、ぜひご参加ください。



自習室の様子



北海道科学大学

詳しくは、施設課(011-671-2200)までお問い合わせください。

さっぽろ市民カレッジの講座情報や
ちえりあ主催のイベント情報等をお届けします。

SNSでも情報発信中！

さっぽろ市民カレッジ
LINE公式アカウント

友だち追加はこちらから！



X (旧Twitter)
フォローはこちらから

二次元コードから！



アカウント名から！

@chieria0825

検索

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



駐車場

マックスバリュ宮の沢店の駐車場をご利用ください。
※ちえりあ館内にある発券機で駐車サービス券を発券して
いただく入庫から2時間無料

開館時間 8:45~22:00

休館日 第2月曜日(祝日の場合は翌平日)
年末年始(12月29日~1月3日)

※お越しの際はできるだけ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 011-671-2311
図書・学習相談に関するお問い合わせ 事業課 011-671-2121
貸室・施設に関するお問い合わせ 施設課 011-671-2200