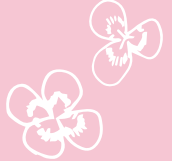


ら・ちえりあって



あなたの「学びたい」が見つかる



巻頭インタビュー

合同会社ハーヴェスト代表
ディレクター・ライター
細川 美香さん



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。

江別市出身。北海道大学卒業後、札幌商工会議所で、広報誌「さっぽろ経済」の発行に従事。民間企業を経て、平成23年に合同会社ハーヴェストを設立し、代表社員に就任。令和4年からは、北海道社会教育士会事務局長・理事として社会教育の振興に努めている。北海学園大学社会教育主事課程非常勤講師（令和元年～）



さっぽろ市民カレッジ企画委員
合同会社ハーヴェスト代表
ディレクター・ライター

ほそかわ みか
細川 美香さん

「学び」は人生を楽しくし、豊かにしてくれるものです。
少しでも興味があることがあれば、ぜひ一歩を踏み出してみてください。

講座の企画・運営について話し合う、さっぽろ市民カレッジの企画委員会の委員で、「相手に伝わる文章術」講座を担当している細川さんに、文章の書き方のコツや学びの楽しさについてお話を伺いました。

1 読んだ人の行動につながる文章を

文章を書くためのコツは「慣れること」です。そのための方法として、講座の中でもお伝えしているのが、私が以前行っていた新聞の書き写しです。続けることで文章のリズムや構成の感覚、句読点を打つ位置などが自然と身についていきます。また、語彙力も大切です。自分の中にあるものは表現できないため、小説や雑誌、広告などさまざまな文章に触れることをおすすめします。札幌は多様な文化に接する環境が整

ている場所です。文章に限らず、演劇を観たり音楽を聴いたり、ジャンルを問わず表現者たちが積み上げてきた素晴らしい作品に触れることは、感性を養う機会につながります。文章は人に何かを伝えるという手段の一つです。だからこそ、情報や気持ちを伝えるための言葉は大切にしていきたいと思っています。

2 文章を書くお悩み解消のお手伝い

これまで3回講座を担当しましたが、受講者の皆さんは聞きながら熱心に耳を傾けてくださる方が多く、個人ワークやグループワークの時間からも真剣な様子が伝わってきました。当初は文章作成の基本を中心にお伝えするカリキュラムで実施しましたが、「そもそも何を書けばよいか分からない」という声があったため、現在は「何を書いたらよいか」という思考整理と、文章作成の基本という二つのカリキュラムに分けて講座を行っています。「自分が伝えたいことを明確にする」「要素を洗い出す」「骨組みを考える」「見出しの重要性」などのポイントをお伝えしたところ、受講者からは多くの反応がありました。受講の動機や目的はさまざまですが、文章を書くことに悩んでいる方が受講されているので、少しでもその気持ちが楽になればと思っています。難しく考えず、講座の時間を楽しんでいただきたいです。

3 市民カレッジは市民の思いを反映した講座が充実

さっぽろ市民カレッジは、札幌に一館しかない生涯学習センター主催の講座ということもあり、内容も充実していて、いろいろな方の知恵が凝縮された講座が多数開講されていると思います。私は札幌市社会教育委員の役割もいただいておりますが、特に、ちえりあ学習ボランティアや近所先生企画講座のように、市民の方の想いや知恵が反映された講座はすばらしい取り組みだと思っています。

4 学びは「楽しい」「やりたい」「好き」なことから

「学ぶ」ということは一生続けられるものです。堅苦しい、楽しくないというイメージを持つ方もいるかもしれませんが、何歳になっても、どのような状況でも「学びたい」と思った時から始めることができます。そのため場所がちえりあです。話し相手が欲しい、友達が欲しい、趣味を見つけたい。何か一つでも始めてみることで、これからの人生が豊かになったり、社会と関わるきっかけにもなったりするはずです。

細川さんが講師を務める講座はこちら

文章がまとまらない
悩みを解消!

～“下ごしらえ”が上達のカギ!～
ライター直伝!相手に伝わる文章術

先着順受付中

定員20名

- 開催日時 6/9,6/16 火曜 10:00～12:00(全2回)
- 受講料 1,500円
- 会場 札幌市生涯学習センター

※申し込み方法は、P14をご覧ください

受講者の声

- ・ワークを通じて、驚くほど考えが整理できました!
- ・整理方法の説明が分かりやすく、頭の中が整理できました。
- ・受講前は「書けるかな」と思っていたのですが、いざ書き始めるとスラスラと書きたいことが溢れてきました。

講座レポート

01

市立大通高校を会場に行う学社融合講座で「イタリアの言語と文化を学ぼう!」講座を開講しました。



市立大通高校の生徒と市民と一緒に学ぶ学社融合講座。今回は、イタリア語講師の北村清美さんに講師を務めていただきました。この講座の特徴は、受講者がテキストを見ずに挨拶や自己紹介など、旅行時に役立つ会話練習を行うこと。最初は難しさを感じる受講者もいましたが、回を重ねるごとに会話が成立するようになり、会話を楽しんでいる様子が見られました。そしてもう1つの特徴は、言語と

ともにイタリアの生活や文化に触れること。今回の講座では、食事や祭り、生活習慣などをテーマに、北村さんの体験やこれまで出会った人々とのエピソードも交えて楽しく解説してくださいました。日本とは異なる文化や生活に触れることでイタリアに興味を持たれた方も多く、講座終了後には、「学びを続けて将来は現地を訪れてみたい」という声も寄せられました。

02

「絵本『おばけのマール』がつなぐ人とまち ~今注目の『こども本の森札幌・北大』もご紹介~」講座を開講しました。



講座の前半は、札幌市の職員が子どもと本との新たな出会いの場として注目の「こども本の森札幌・北大」について、施設の概要や利用方法などを紹介しました。後半の講師は、第一作から20年以上に渡って愛され続ける人気絵本「おばけのマール」シリーズで、原作・文を担当するけーたろうさん。マールは実在する場所に訪れて、さまざまな体験をする姿が人気ですが、読み手が子どもと一緒に楽しむことで、考えたり創造したりする時間を共有できる点や読み終わった後にその場所

に訪れることで新たな気づきにつながる点など、紙面を超えたマールの魅力についても紹介してくださいました。また、講座中にはけーたろうさん自らが絵本の読み聞かせを行い、シーンごとに隠されたエピソードを紹介して下さる場面もありました。強くてやさしい心を持つマールや個性豊かなキャラクターの姿に触れ、童心にかえて絵本を楽しんでいる受講者の様子も見られました。「マールに会いたい!」そんな気持ちにさせられる講座でした。

イベントレポート

赤ちゃんが泣いても大丈夫!
親子で楽しめる
「ちえりあゆりかごコンサート」を
開催しました。



「子育て中の方にも気軽に音楽を楽しんでいただきたい」との思いから、ちえりあでは年1回「ゆりかごコンサート」を開催しています。「ゆりかご」の名のとおり年齢制限は設けておらず、赤ちゃんから参加できるので、コンサートの途中でお子さまが泣いてしまっても気にすることはありません。今年のコンサートでは「あみゅぜ。」のみなさんがお子さまに聞き馴染みのある童謡やディズニーメドレーなどの演奏に加えて、はにかち遊びやリトミックなどで盛り上げてくださいました。また、「あ・い・う・え・おにぎり」の曲の途中には会場にいるお子さまに「好きなおにぎりの具」を聞く場面もありました。(答えてくれたお子さまには「鮭」が人気でした!)手拍子や一緒に歌って参加して下さる方も多く、たくさん笑顔にあふれた時間になりました。

SNSでも情報発信中!

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などをお届けしています。SNSで最新情報をチェックしてください。

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!



受講者の募集が始まった新着講座やおすすめ講座、広報誌の発行情報を配信!
リッチメニューを使えば、気になる講座をすぐにチェックでき、イベント情報や広報誌のバックナンバーもご覧いただけます。

(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

おすすめ講座やイベントの情報、終了した講座のレポートなどを配信!
ちえりあ前広場の日常風景などもお届けしていますので、ぜひフォローしてくださいね。

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
 いただくと入庫から2時間無料

わかる！使える！マーケティング

～ニーズをつかむ。視点を変える～

先着順受付中 | 定員20名

人びとのニーズとライフスタイルが変化している今こそ、マーケティングで課題解決を！

講師 | マーケティングプランナー 白井 栄三

■開催日時 5/13～6/17 水曜 19:00～21:00(全6回)
 ■受講料 8,600円

受講者の声

- 慣れ親しんだネーミングの意外なエピソードを聞いて面白かったです。
- 皆さんの発表を聞いて「こんな考え方もあるんだ」とハッとしました。
- ディスカッションの中で色々な組み合わせが生まれて新しいアイデアに変わっていくのが楽しかったです。

～ちょこっと副業にオススメ～

はじめてのCanva入門・画像&動画編

先着順受付中 | 定員20名

無料デザインツールCanvaの基本的な使い方やAI機能を活用したデザイン作成の方法を学びます。

講師 | 複業フリーランス 正田 美紀子

■開催日時 5/29～6/12 金曜 10:00～12:00(全3回)
 ■受講料 4,200円
 ■対象 Eメールアドレスを持っていて、PCの操作に抵抗のない方

受講者の声

- 細かい部分が独学だとわからなかったので講座で知識が深まりました。
- まずは自分のやれる事、するべき事を見つめて在宅ワークにつなげたいと思います。

～樹木医に聞く～

未来へつなぐ森との付き合い方


先着順受付中 | 定員40名

札幌の自然が心地良い時期。木や森に目を向けると新しい発見があるかもしれません。

講師 | 合同会社森のピタゴラス 代表 崎川 哲一

■開催日時 6/13 土曜 10:00～12:00
 ■受講料 800円

～講師プロフィール～



25歳の時に北海道最年少(当時)で樹木医を取得し、樹齢1500年の巨木イチイの保全に携わる。2018年に、森と人々の接点を創出することを目的に木製知育玩具や森林環境教育を展開する合同会社森のピタゴラスを設立した。

ちえりあ学習ボランティア企画講座

健康な土と私たちの暮らし

～「環境再生型農業」ってなに？～

先着順受付中 | 定員30名

今注目のリジェネラティブ農業。環境保全にもつながる持続可能な土づくりを学びます。

講師 | 北海道大学大学院農学研究院 教授 当真 要 他

■開催日時 6/20～7/11 土曜 14:00～16:00(全4回)
 ■受講料 3,600円 ※7/11は現地学習

学習支援者協働企画講座


基礎から学ぶ動画撮影2026

先着順受付中 | 定員10名

撮影のコツを学んで、ワンランク上の映像を撮りましょう！

講師 | ちえりあビデオオクルー ※映像制作講座の修了生グループ

■開催日時 6/19 金曜 10:00～15:00
 ■受講料 1,500円
 ■対象 ・ビデオカメラをお持ちの方(スマホやデジカメも可)
 ・スマホ等に保存されている動画データをケーブルを使い転送できる方



ちえりあ学習ボランティア企画講座

札幌の食文化のルーツを知ろう！

～晩さん会メニューを紐解く～


申し込み締め切り 5月25日(月) | 定員30名

コーヒーや西洋野菜、ジビエなどお雇い外国人ブルックスと関わり深い食文化を学びます。

講師 | 北海道開拓の村 学芸員 細川 健裕 他

■開催日時 7/2～7/23 木曜 14:00～16:00(全4回)
 ■受講料 3,600円

4名の専門家が
お話しします



石山大学連携講座

定山溪鉄道跡をたどる2026

～旧簾舞駅から旧藤ノ沢駅へ～

先着順受付中 | 定員20名

石山の軟石と硬石、定山溪の木材、豊羽鉱山の鉱石を運んだ定山溪鉄道の跡地を歩きます。

講師 | 石山大学 池田 郁郎 他

■開催日時 6/24 水曜 14:00～16:00
 ■受講料 800円
 ■集合 バス停「簾舞」駅

学習支援者協働企画講座

基礎から学ぶ動画編集2026

先着順受付中 | 定員10名

編集のコツを学んで、思い出の映像をきれいに残しましょう！

講師 | ちえりあビデオオクルー ※映像制作講座の修了生グループ

■開催日時 6/26 金曜 10:00～15:00
 ■受講料 1,500円
 ■対象 ・パソコンの文字入力・ファイルの保存ができる方
 ・スマホ等に保存されている動画データをケーブルを使い転送できる方

※映像編集ソフトの「EDIUS Pro9」を使って、映像編集の基礎を体験する入門講座です。映像編集の基礎を学ぶ講座で、「EDIUS Pro9」の操作方法に特化した内容ではありません。

ワークショップで学ぶKPI超入門 ～仕事の進捗や目標達成度を可視化する～

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**30名**

自分だけでは整理しにくいKPI。KGIとの違いや継続するためのポイントなどを学びます。

講師 | 北海道科学大学全学共通教育部
助教 本宮 大輔

開催日時 8/29 土曜
13:30~16:30
受講料 3,000円

受講者の声

- 新年度からの仕事に活かそう。
- 難しいテーマをわかりやすく教えていただきました。
- KPI・KGIの違い、目標の立て方が理解できました。

売上アップのショート動画作成術 ～SNSの特性に合わせた活用方法～

申し込み締め切り **5月25日(月)** | 定員**20名**

商品の魅力が伝わる動画とは?作成のコツや活用方法など3つのポイントを学びます!

講師 | クリエイティブラビット株式会社
代表取締役 稲葉 支央里

開催日時 7/31 金曜 14:00~16:00
受講料 1,600円
対象 スマホ・タブレットの操作ができる方

受講者の声

- 説明が丁寧で分かりやすかったです。
- これまではひながたを作っていましたが、自由に作成できるようになりました。
- 内容が濃かったので、復習し習得していきたいです。

さっぽろ市民カレッジの様子



学びの記録に「Sa[サア]手帳」

さっぽろ市民カレッジでは、講座の回数、時間によって単位が定められているのをご存じですか。単位は、全講座の7割以上に出席された方が取得できます。「さっぽろ市民カレッジSa[サア]手帳」にスタンプを押して記録することで、取得単位に応じた独自の称号を認定します。また、Sa[サア]手帳には受講した講座を記載する欄もあり、学びの記録にも役立ちますので、ぜひ活用ください。ご希望の方は、講座受講の際に受付の職員にお声がけください。

※「Sa[サア]手帳」の「Sa[サア]」には、受講者のみなさまの「さあ、やろう!」という学びへの意欲が込められています。

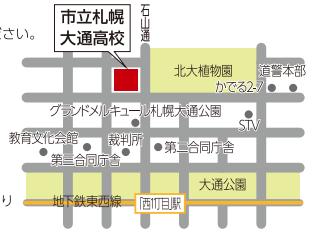


学社融合講座 市立札幌大通高校の生徒と 一緒に学びます

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



色彩で広がる世界 ～見る力と感性を高めよう～

キャンセル待ち受付中 | 定員**15名**

初心者でも大丈夫!色彩の基本を学び、楽しく透明水彩画を描いてみましょう。

講師 | 合同会社美術教育コンサルティング社
代表 高橋 久美子

開催日時 6/26~9/11 金曜 13:30~15:00(全7回)
※7/17、7/31、8/7、8/14、8/28を除く
受講料 4,500円
教材費 700円

目の不自由な方とのコミュニケーション ～点字や介助歩行を体験～

先着順受付中 | 定員**15名**

点字や介助歩行をとおして、視覚障がい者の日常や文化を体験します。

講師 | 点字指導員
舟崎 美奈子

開催日時 6/26~9/11 金曜 17:50~19:20(全7回)
※7/17、7/31、8/7、8/14、8/28を除く
受講料 3,600円

仕事に使えるエクセル活用術 ～便利な機能を覚えてステップアップ～

先着順受付中 | 定員**15名**

ビジネスでも活用できるエクセル機能を身につけましょう。

講師 | ナニカ製作所
所長 竹田 慎一

開催日時 6/26~9/11 金曜 15:20~16:50(全7回)
※7/17、7/31、8/7、8/14、8/28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

もしものに備える防災力 ～知っておきたい衣・食・住～

申し込み締め切り **5月25日(月)** | 定員**15名**

「きっと大丈夫」から「これなら大丈夫」へ!もしもの時に役立つ知識を体験しながら学びます。

講師 | 特定非営利活動法人防災しっかつ
スタッフ

開催日時 7/1~9/16 水曜 13:30~15:00(全7回)
※7/29、8/5、8/12、8/26、9/2を除く
受講料 3,600円
教材費 400円

学社融合講座

市立札幌大通高校を会場に平成21年度9講座でスタートした、市民の方々と市立札幌大通高校の生徒が共に学ぶ「学社融合講座」。高校生は単位取得ができるカリキュラム授業であり、全国的にも珍しい、生涯学習講座です。さまざまな年齢の方がいるからこそ考え方や感じ方の違いを学ぶことができ、多様な価値観などを育む機会になっています。令和8年度は新たなカリキュラムも加わり、さらにパワーアップして19講座を開講予定です!



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」方々が集まって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
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
手稲区民センター	手)前田1-11	JR「手稲」駅より徒歩5分
白石区民センター	白)南郷通1	地下鉄東西線「白石」駅6番出口すぐ
南区民センター	南)真駒内幸町2	地下鉄南北線「真駒内」駅より徒歩7分

会場名	住所	公共交通手段
東札幌図書館	東)札幌4-4	地下鉄東西線「東札幌」駅より徒歩10分
山の手図書館	西)山の手4-2	地下鉄東西線「琴似」駅より徒歩17分
中央図書館	中)南22西13	市電「中央図書館前」より徒歩1分

エッセンシャルオイル活用術

～天然の植物パワーで毎日が整う～

【会場】
東札幌
図書館

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

ハンドクリーム、バスソルトなどを作りながら、歴史や香りの効果について学びます。

【講師】 鷺見 かおり

■開催日時 8/25～9/29 火曜
14:00～16:00(全5回)
※9/22を除く

■受講料 3,000円
■教材費 2,000円



伝わる「文章術」講座

～苦手でも楽しく学んですぐ使える～

【会場】
山の手
図書館

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

一所懸命に書いたのに意図が、気持ちが伝わらない。そんな経験は誰しもあるもの。

【講師】 橋詰 敦樹

■開催日時 8/31～10/5 月曜
14:00～16:00(全5回)
※9/21を除く

■受講料 3,000円
■教材費 500円



はじめての眼(め)ヨガ

～スマホ時代のアイケア～

【会場】
西区民
センター

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

呼吸法を学び、眼筋運動やツボ押しなどで、視界明るく、心も体も爽快に!

【講師】 おおとり りりこ

■開催日時 8/26～9/30 水曜
18:45～20:45(全5回)
※9/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 300円

※持病に不安のある方は、目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。



やさしいハンドメイドアクセサリ

～脳トレ気分を始めよう!～

【会場】
中央
図書館

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

プレスレットやイヤリング、メガネコードなどをビーズで作る初心者向けの講座です。

【講師】 清水 恵子

■開催日時 9/1～10/6 火曜
14:00～16:00(全5回)
※9/22を除く

■受講料 3,000円
■教材費 5,000円



初めてのアナログレコード

～ジャズをメインに～

【会場】
手稲区民
センター

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

レコードの扱い方と魅力を知り、暮らしにゆったり音楽を楽しむひと時を。

【講師】 櫻田 洋一

■開催日時 9/3～10/1 木曜
18:45～20:45(全5回)

■受講料 3,000円



アートで脳活!

～見る、感じるで脳を活性化～

【会場】
南区民
センター

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 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 9/10～10/8 木曜
10:00～12:00(全5回)

■受講料 3,000円
■教材費 300円



スタンドグラス風飾り物づくり

～おしゃれなディンプルアート～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

はじめての方でも!鉛筆を使う感覚で簡単に自分だけのインテリア雑貨を作ろう。

【講師】 和泉 佳代

■開催日時 8/25～9/29 火曜
10:00～12:00(全5回)
※9/22を除く

■受講料 3,000円
■教材費 2,500円



手軽な腸活運動で体を整えよう

～いつまでも美しく若々しく～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

腸活の基礎知識と運動を学び、腸活ブレンドティーと合わせて体内外から整えましょう。

【講師】 Tabi-Rei

■開催日時 8/26～9/30 水曜
10:00～12:00(全5回)
※9/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 2,000円

※アレルギーのある方はお問い合わせください。



学び直しの「基礎英語」

～発音、文法から英文理解まで～

【会場】
白石区民
センター

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

英語の基礎・基本である、発音や英文法を徹底的に「学び直す」、超初級講座です。

【講師】 河上 昌志

■開催日時 9/5～10/10 土曜
14:00～16:00(全5回)
※9/19を除く

■受講料 3,000円



東洋医学でらくらくセルフケア

～はじめてのお灸教室～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

病院へ行くほどでもないけど辛い…そんな不調を自分でケアしてみませんか?

【講師】 橋本 奈緒

■開催日時 8/25～9/29 火曜
18:45～20:45(全5回)
※9/22を除く

■受講料 3,000円
■教材費 500円 ■対象 女性



手軽にできる!バルーンアート

～夏のプチおしゃレアレンジ～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

かわいい作品をいろいろな形の風船で作ります。誰でもできるやさしい講座です。

【講師】 猫猫 (まおまお)

■開催日時 8/26～9/30 水曜
14:00～16:00(全5回)
※9/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 700円

※アレルギーのある方はお問い合わせください。



50歳からのウォーキング

～正しい歩き方で筋トレ・脳トレも～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員**20**名

正しい歩き方、そして歩きながらの筋トレ・脳トレを合わせ、健康寿命を伸ばしましょう。

【講師】 吉田 ゆう子

■開催日時 9/2～10/7 水曜
18:45～20:45(全5回)
※9/23を除く

■受講料 3,000円
■教材費 200円 ■対象 50歳以上の方



孔子苦難の生涯をたどる ～野望と挫折そして人材育成へ～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

儒教の教祖孔子の人物像と弟子たちがまとめた論語を学びます。

講師 | 福井 孝志

開催日時 9/2～10/7 水曜
10:00～12:00(全5回)
※9/23を除く

受講料 3,000円
教材費 300円



ザ・ビートルズ、4人のそれぞれ ～メンバーの特徴をクローズアップ～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

個性際立つ彼らの人物像、グループでの位置、ソロ活動など毎回一人ずつセレクトします。

講師 | 山内 敏幸

開催日時 9/3～10/1 木曜
14:00～16:00(全5回)

受講料 3,000円



チャレンジ!油彩画 ～あなたも画家気分～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

一度はやってみたい油彩画、初めてでも難しくない。さあ「絵画」しましょう!

講師 | 川口 浩

開催日時 9/3～10/1 木曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 400円



不思議?楽しい!縄文ヲシテ文字 ～よみがえる神話「ホツマツタエ」～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

古代日本には文字があった!ヲシテ文字とは?あなたも日本語の源流に触れてみませんか。

講師 | 三島 真由美

開催日時 9/4～10/2 金曜
18:45～20:45(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円



自分の機種で学ぶスマホとAI

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

「自分のスマホなのによくわからない」疑問をスッキリ解決!

講師 | 相原 真人

開催日時 9/4～10/2 金曜
14:00～16:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 500円
対象 スマホまたはタブレット(購入より4年以内の機種が目安)をお持ちの方



北欧の飾り「ヒンメリ」を作ろう

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

お洒落なモビール「ヒンメリ」を扱いやすいプラスチックストローで作ります。

講師 | NOZOMI

開催日時 9/4～10/2 金曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 2,500円
対象 細かい作業ができる方



ゆっくり ゆったり オカリナ日和 ～楽しく奏でciao～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

イタリア発祥の楽器オカリナと一緒に奏でましょう。あなたの趣味を増やしませんか?

講師 | 青木 ひろみ

開催日時 9/5～10/3 土曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円



自力整体 ～自分の身体、自分で整体～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

心地よく体を揺さぶり、筋肉やコリをゆるめ、背骨や骨盤のゆがみを整えていきます。

講師 | 樺澤 識子

開催日時 9/10～10/8 木曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円



インターネットを安全にしよう! ～詐欺から自分の身を守るには～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

詐欺にだまされない安全な使い方を体験し、気を付けるべき点を専門家から学びます。

講師 | 熊谷 克則

開催日時 9/10～10/8 木曜
14:00～16:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円
対象 ノートPC、スマホ、タブレットのいずれかを持参できる方(回線契約がなくても可)



幕末の思想家 横井小楠 ～「万国一体の理」を求めて～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

「万国一体の理」に基づく外交論を主張した幕末の思想家横井小楠を紹介します。

講師 | 田海 秀穂

開催日時 9/11～10/9 金曜
14:00～16:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円



ふわゆる姿勢改善教室 ～その不調、姿勢の悪さが原因かも～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

優しいセルフケアで姿勢を整え、不調を軽くして毎日を快適に元気に過ごしましょう。

講師 | 森田 素

開催日時 9/11～10/9 金曜
18:45～20:45(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円
対象 女性



占いの基本 ～知ってみたい?やってみよう?～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

「占いを学びたいけど何から始めればいいのかわからない…」そんな方のための講座です。

講師 | 小野 泰弘

開催日時 9/11～10/9 金曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円



AIで遊んでみよう ～AIは友だち、恐くない～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

仕事だけじゃない!人生を楽しむ遊び方、家族や友人に自慢できる簡単テクニック伝授!

講師 | 渡辺 翔太

開催日時 9/12～10/10 土曜
14:00～16:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円
対象 PCでインターネット検索ができる方



食事で心と体を整えよう ～子どもと家族の健康を守る～

【会場】
ちえりあ

申し込み締め切り **6月25日(木)** | 定員20名

ご自身やご家族のために脳を育てる栄養素を知り、免疫力の向上やストレス解消につなげましょう。

講師 | わかい えり

開催日時 9/12～10/10 土曜
10:00～12:00(全5回)

受講料 3,000円
教材費 300円
※すべて座学の講座です。



「ご近所先生企画講座」の講師に「肩書き」が載っていないのはなぜ?

ご近所先生企画講座は、「知識や技術をお持ちの方なら、誰でも講師に応募できる」を理念としています。趣味で調べたまちの歴史を披露したり、料理上手な方がレシピを伝えたり…。このようなイメージがご近所先生企画講座の出発点です。肩書きにかかわらず、「やってみよう」という思いを持つ方が講師デビューしやすくなるよう、あえて掲載していません。知識や経験を生かした「物知りさん」が講師を務めてくださっている、それがご近所先生企画講座の醍醐味です。

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

受講決定のお知らせに記載されている所持品・会場等を確認の上、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)
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

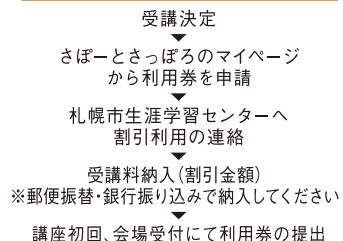
さぼーとさっぽろ会員

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。

- わかる!使える!マーケティング ●売上アップのショート動画作成術
- はじめてのCanva入門・画像&動画編 ●仕事に使えるエクセル活用術
- ワークショップで学ぶKPI超入門

上記以外にも、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

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



5月9日(土) 12:15~12:45

椎名坂
イタリア発祥の楽器「オカリナ」によるアンサンブル。異なる大きさのオカリナを用いて、重なり合うやさしく豊かな音色が特徴です。多彩なジャンルの楽曲を軽やかで温かいひとときとしてお届けします。オカリナの魅力をぜひお楽しみください。



6月13日(土) 12:15~12:45

おむすび
大学サークルで出会った仲間と結成した混声合唱団「おむすび」。20代を中心に、有名な歌謡曲や聞き馴染みのある合唱曲を、発声にこだわりながら練習しています。あたたかなハーモニーを心を込めてお届けします。

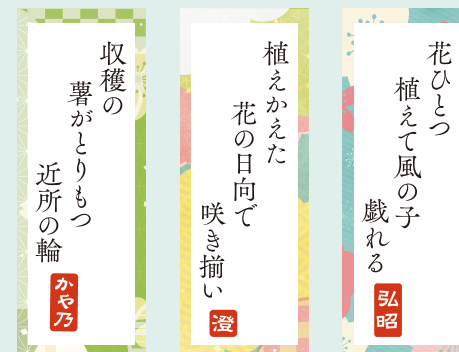


7月11日(土) 12:15~12:45

Centaur. (ケンタウロス)
男性5人組アカペラグループCentaur. (ケンタウロス)が、ちえりあロビーコンサートに出演します。どこかで一度は耳にした懐かしい名曲を、美しく重なるハーモニーでお届けします。

ちえりあ川柳

色とりどりの花が咲き誇り、私たちを楽しませてくれています。さっぽろ市民カレッジでは、植物の育て方や魅力を学ぶ講座も開講しています。植物のある暮らしを楽しんでみませんか。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。採用された作品はこちらの冊子に掲載させていただきます。



貸室ご予約受付中!

公演・会議・サークル活動に

マイクやプロジェクターなどの備品も各種ご利用いただけます



ちえりあ

来館予約

電話予約

WEB予約

詳しくは
こちらから!

ちえりあホールスケジュール

スケジュールはちえりあホームページでご確認ください。

URL <https://chieria.slp.or.jp/schedule/index.html>

スマホ・タブレットは
こちらからも



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

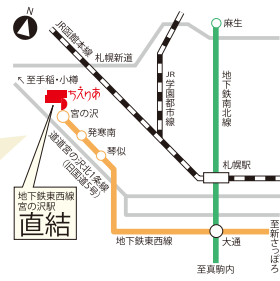
駐車場

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
いただくと入庫から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