

# 講座情報冊子 2026年6月～7月



**道民カレッジ事務局**

〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目道民活動センタービル9階

電話：011-204-5780/FAX：011-281-6664

Mail：[college@manabi.pref.hokkaido.jp](mailto:college@manabi.pref.hokkaido.jp)

## 講座を受講される方へのお願い



- 中止・延期
- 定員人数の変更
- 申込方法、申込期限の変更 など

掲載している情報が変更になっている場合があります。

講座を受講される場合には、あらかじめ主催者に確認を行うようお願いいたします。

なお、掲載されていない講座についても単位認定することができます。手帳の単位欄に「1時間」単位で記入してください。

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
1	令和6年度第2回インターネット講座	2024/11/18(月)から2027/03/31(水) 配信中		1回	半導体の新しい拠点～北海道の挑戦～		※オンライン※ https://manabi.pref.hokkaido.jp/college/learn/ikouza/qoq3730000000x8h.html		その他：レポート提出は窓口または郵送、メール	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
2	令和6年度第1回インターネット講座	2025/01/17(金)から2027/03/31(水) 配信中		1回	光をつかってがんを治す～光免疫療法～		※オンライン※ https://manabi.pref.hokkaido.jp/college/learn/ikouza/qoq3730000000x8h.html		その他：レポート提出は窓口または郵送、メール	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
3	令和7年度第2回インターネット講座 小さな雪だるま～シマエナガの生態を学ぶ～	2026/01/14(水)から2028/03/31(金) 配信中		1回	小さな雪だるま～シマエナガの生態を学ぶ～		※オンライン※ https://youtu.be/yQHyl0suBzQ		その他：レポート提出は窓口または郵送、メール	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
4	令和7年度第1回インターネット講座 スキージャンプはなぜ遠くまで飛ぶのか	2026/02/09(月)から2028/03/31(金) 配信中		1回	スキージャンプはなぜ遠くまで飛ぶのか？		※オンライン※ https://youtu.be/_1CVnFM19Ww		その他：レポート提出は窓口または郵送、メール	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
5	令和7年度第3回インターネット講座 共生社会の学び	2026/03/26(木)から2028/03/31(金) 配信中		1回	共生社会の実現に向け、違いを尊重し共に学ぶ3団体の実践を紹介		※オンライン※ https://youtu.be/_1CVnFM19Ww		その他：レポート提出は窓口または郵送、メール	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
6	大人のための『BUNKAアシストカレッジ』	2026/04/01(水)から2026/09/30(水) 随時、水曜日～金曜日 ※曜日自由選択（予約制）	10:00～16:00 ①午前10時00分から午後12時00分まで ②午後1時00分から午後4時00分まで	1ヵ月6時間	大人のためのオープンカレッジ。受講生は洋裁初心者から自分のデザインをブランド化したい人まで。	なし	北海道文化服装専門学校 札幌市豊平区豊平4条8丁目1-7	開始日： 2026/04/01(水) 随時募集	電話で、FAXで、Eメールで、はがきで、その他：来校	6,000円(税込) 入学金 5,000円	北海道文化服装専門学校	011-811-0101 011-811-0105
7	歯科衛生士・歯科技工士の仕事って？	2026/04/01(水)から2027/03/31(水) 平日のみ（随時相談 ※要望により随時対応	10:30～17:00 1時間程度（要相談） 1回のみ	全1回	歯科衛生士・歯科技工士の仕事って？	応相談	札幌歯科学院専門学校 札幌市中央区南7条西10丁目1034番地		電話で、Eメールで	応相談	札幌歯科学院専門学校	011-511-1885 011-511-1902 sds-info@dnet.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
8	ロシアと中東	2026/05/11(月) から2026/06/01 (月) 毎週月曜・金曜	18:00～20:00	7回	本講座では、大国ではなく地域の視座からロシアと中東の戦争と平和について考えます。	各1000人	オンライン（zoom）		HPで	無料	スラブ・ユーラシア研究センター	011-706-2388（直通） jimu@slav.hokudai.ac.jp
9	中学英語を思い出そう！仕事帰りに覚える日常英会話	2026/05/18(月) から2026/06/08 (月)	18:30～20:00	連続4回	中学英語をベースに、観光都市・函館の市民として役立つ日常英会話を楽しく学び、交流の幅を広げましょう。	28名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/04/20 (月)	電話で、HPで、直接会場で	無料	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
10	札幌東徳洲会病院医療公開講座（5月）	2026/05/29(金)	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	☹尿で何がわかるの？～尿検査でわかること～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
11	札幌東徳洲会病院医療公開講座（5月）	2026/05/29(金)	14:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	巻き爪と陥入爪～巻き爪のワイヤー治療を中心に～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
12	札幌東徳洲会病院医療公開講座（5月）	2026/05/29(金)	14:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	おなかを大きく切らない手術って？ 腹腔鏡手術のおはなし	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
13	札幌東徳洲会病院医療公開講座（5月）	2026/05/29(金)	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	化学療法って何？～抗がん剤のおはなし～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
14	2026年度北海道考古学会研究大会「進化する北海道考古学ー最新研究と未来への展望ー」	2026/05/30(土)	11:00～16:55	1回	研究の最前線での課題と成果について、その驚きと知的興奮を共有しながら、北海道考古学の未来を展望する。	100名 ※先着順、定員になり次第、締め切ります。	北海道大学 札幌市北区 北10条西7丁目北海道大学 人文・社会科学総合教育研究棟 文系 6 番教室		直接会場で	なし	北海道考古学会	hokkaidokougakka i@yahoo.co.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
15	もっと上達したいWordの応用講座	2026/05/31(日)から2026/07/12(日) 5/31(日)・6/14(日)・7/5(日)・	10:30～12:00	全4回	Microsoft365対応。Copilotを活用しワンランク上のワープロ講座。	12名	星槎道都大学 北広島市中の沢149	2026/05/07(木)から2026/07/10(金) 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
16	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/01(月)	13:30	1回	☹️痺れや痛みを我慢しないで～手や肘の神経障害について知っておきたいこと～	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
17	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/01(月)	14:00	1回	切らずに治せる放射線治療～前立腺がんについて～	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
18	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/01(月)	15:00	1回	検査値のみかた 正常値・異常値って何? ～検査値の読み方の基本について～	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
19	道民カレッジ・まなびカフェin わっかない(1)	2026/06/02(火)	14:00～16:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター(風～るわっかない) 稚内市富岡1丁目1-2		電話で、FAXで、Eメールで、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
20	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/02(火)	13:30	1回	☹️認知症を予防しよう!	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
21	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/02(火)	14:00	1回	認知症の症状と家庭での対応	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
22	札幌東徳州会病院医療公開講座(6月)	2026/06/02(火)	15:00	1回	受けていますか、がん検診 ～がんを防ぐには?～	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
23	北海道史を学ぶ会 はじめから学び直す北海道史(下)ー明治維新から現在まで	2026/06/03(水)	13:30～15:30	全5回	北海道の誕生と開拓使の設置ほか	30名	かでの2・7ビル 750会議室 札幌市中央区北2条西7丁目		電話で	1,200円(資料代含む)	北海道史を学ぶ会 森山祐吾	080-1886-1512

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
24	道民カレッジ・まなびカフェin わっかない (2)	2026/06/03 (水)	10:00～12:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター（風～るわっかない） 稚内市富岡1丁目1-2		電話で、FAXで、Eメールで、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
25	札幌東徳洲会病院医療公開講座 (6月)	2026/06/03 (水)	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	📧 検診結果の取説 ～上手な検診の受け方と検診結果の活かし方～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
26	札幌東徳洲会病院医療公開講座 (6月)	2026/06/03 (水)	14:20 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	医療費軽減に役立つ！高額療養費制度 ～マイナンバーカードの活用について～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
27	札幌東徳洲会病院医療公開講座 (6月)	2026/06/03 (水)	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～ 虚血性心疾患編	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
28	北海道医療大学 認知症を学ぶ・感じる講座	2026/06/03 (水) から2026/10/07 (水)	10:00～11:30 初回 (6月3日) のみ 10:00～12:00	5回	認知症に関して学ぶ講座です。詳細は、本学ホームページにてご確認ください。	各回40名 (申し込み先着順)	北海道医療大学札幌サテライトキャンパス 札幌市中央区北4条西5丁目アスティ45 12階	2026/04/09 (木) から 2026/09/23 (水) 詳細は本学ホームページにてご確認ください。	電話で、その他： グーグルフォームで ( <a href="https://forms.gle/gbWCgjTnEUVjYpQV7">https://forms.gle/gbWCgjTnEUVjYpQV7</a> )	各回500円 (※6/3のみ2,000円) 全5回申込：受講料2,500円	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryu-u.ac.jp
29	帯広市民大学講座 第6集 【文学館出前講座】北海道映画史ははじめのはじめー「ナイヤガラ滝」化学実験室のエジソンーこんな映像が人々を驚かせた	2026/06/04 (木)	14:30～16:00	1回	帯広市民大学講座 第6集 【文学館出前講座】北海道映画史はじめのはじめ	先着70名	とちかちプラザ2階 視聴覚室 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
30	道民カレッジ・まなびカフェin わっかない (3)	2026/06/04 (木)	10:00～12:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		生涯学習総合支援センター（風～るわっかない） 稚内市富岡1丁目1-2		電話で、FAXで、Eメールで、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
31	札幌東徳洲会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/04（木）	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	☺ 転ばない足腰に！ ～100歳まで骨折知らず～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
32	札幌東徳洲会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/04（木）	14:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	体に優しい放射線療法 ～仕事をしながら治療できます～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
33	札幌東徳洲会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/04（木）	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	採血してから検査への流れ/糖尿病について	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
34	観察会「森の新緑観察会」	2026/06/04（木） 2026年6月4日（木）	10:00～12:30 10:00～12:30	1回	初夏の草花を探しながら、薄緑色の新緑に染まった野幌森林公園内を散策します。	先着50名	野幌森林公園 自然ふれあい交流館 江別市西野幌685-1	2026/05/05（火）から 2026/06/03（水）	電話で、その他：受付時間：9:00～17:00（休館日を除く）	無料	野幌森林公園 自然ふれあい交流館	011-386-5832 011-388-7058 nfpvc@kaitaku.or.jp
35	札幌東徳洲会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/05（金）	13:30	1回	本当にこわい！ 弁膜症の話	あり	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		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
36	札幌東徳洲会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/05（金）	14:00	1回	緩和ケアとお薬の話 ～苦痛のない世界を目指して～	あり	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		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
37	就職のためのパソコン講座 「PowerPoint」8回コース	2026/06/05（金）から2026/07/24（金）	18:30～20:00	8回	就職に有利なパソコンの基本技術を、少人数制の丁寧な指導で着実に身につけることを目的とした講座です。	求職者8名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/05/08（金）	電話で、HPで、直接会場で	教材費 2,400円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
38	第20回公開講座：失われた川を 尋ねてー水の都物語ー	2026/06/06（土）	13:30～15:30	1回	札幌市の河川改修の歴史について、「水の都物語」を副題として視覚的に紹介する。	50名	北海道立道民活動センター 730研修室 札幌市中央区北2条西7丁目	2026/05/06（水）から 2026/06/04（木）	電話で、Eメールで	1,000円 （大学・高校生及び会員は500円）	特定非営利活動法人 北海道総合地質学 研究センター	080-5830-2016 office@hrcg.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
39	長部日出雄と津軽の文学風土	2026/06/06（土）	10:30～12:00	1回	青森県弘前市出身の文学者:長部日出雄を取り上げ、生涯を追うことで津軽が育んだ独特の文学風土を語る	50名	札幌国際大学 札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2026/05/18（月）から 2026/06/01（月）	その他：当生涯学習センターホームページ掲載の申込フォームや案内のQRコードより申込受付。	受講料 1,000円	札幌国際大学 生涯学習センター	011-881-2410 t-center@ad.siu.ac.jp
40	海と縄文人	2026/06/06（土）	13:30～14:40	1回	世界遺産登録5周年記念講座。道内登録資産はほぼ海岸沿いに立地。遺跡に生活した人々と海との関係を探る。	50名	札幌国際大学 札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2026/05/18（月）から 2026/06/03（水） 6月3日（水）13時まで	その他：当生涯学習センターホームページ掲載のリンクされた申込フォームやQRコードより申込受付。	無料	札幌国際大学 生涯学習センター	011-881-2410 t-center@ad.siu.ac.jp
41	目指せ！ドイツ語検定合格	2026/06/07（日） から2026/06/14（日）	13:00～14:30	全2回	独検5級・4級受験を考えている方、ご参加ください。過去問題を使用して、合格のコツを伝授いたします。	10名	星槎道都大学 北広島市中の沢149番地	2026/05/07（木）から 2026/06/05（金） 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
42	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/09（火）	13:30	1回	📺アナフィラキシーのお話 ～正しい対処方法をみにつけよう～	あり	西区民センター 2階大会議室 札幌市西区琴似2条7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
43	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/09（火）	14:00	1回	心房細動ってどんな病気？	あり	西区民センター 2階大会議室 札幌市西区琴似2条7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
44	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/09（火）	15:00	1回	鼻のトラブルありませんか？ ～鼻の病気とその治療～	あり	西区民センター 2階大会議室 札幌市西区琴似2条7丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
45	第2回くらしのセミナー 「特殊詐欺の現状と対策」 「サイバー犯罪の手口とその対策」	2026/06/10（水）	13:00～15:00	1回	現場を知る警察担当者から、特殊詐欺の現状、サイバー犯罪の手口や対策について学びます。	会場60名、オンライン100名	北海道立消費生活センター 札幌市中央区北3条西7丁目北海道庁別館西棟	2026/05/21（木）から 2026/06/05（金） 9時00分～	電話で、FAXで、HPで、その他：会場参加：電話、FAX又は持参で申込み、オンライン参加：HP「申込フォーム」から申込み	無料	北海道立消費生活センター	011-221-0110 011-221-4210 keihatsu@do-syouthi-c.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
46	北海道史を学ぶ会 はじめから学び直す北海道史（下）一明治維新から現在まで	2026/06/10（水）	13:30～15:30	全5回	屯田兵設置の背景、北海道旧土人保護法の制定、移住民保護政策	30名	かでの2・7ビル 750会議室 札幌市中央区北2条西7丁目		電話で	1,200円 （資料代含む）	北海道史を学ぶ会 森山 祐吾	080-1886-1512
47	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/10（水）	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	🦠これも？身近に潜む意外なアレルギー～基礎知識と対策を含めて～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
48	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/10（水）	14:20 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	正しいブラッシング法について ～むし歯と歯周病～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
49	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/10（水）	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～ 弁膜症編	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
50	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/11（木）	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	👁️まぶたのお話 ～眼瞼下垂症と内反症について	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
51	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/11（木）	14:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	あなたの耳は大丈夫？ ～耳寄りな耳の話～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
52	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/11（木）	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	ICUってどんな所？	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
53	【WEBセミナー】就活ストレス4つの解消法	2026/06/12（金）	14:00～14:30	1回	就職活動中、就職後のストレスへの基本的な向き合い方をお伝えします。	40名	「zoom」web会議システム使用 ※オンライン※	2026/05/25（月）から 2026/06/11（木） 開催日前日 10:00まで。 （定員に達し次第、受付を終了いたします。）	HPで、その他： <a href="https://www.jobcafe-h.jp/event/">https://www.jobcafe-h.jp/event/</a>	無料	北海道就業支援センター ジョブカフェ北海道	011-209-4510 jcsweb@jobcafe-h.jp
54	道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（1）	2026/06/12（金）	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		夕張市拠点複合施設りすた 夕張市南清水沢4丁目48-12		電話で、FAXで、Eメールで、直接会場で、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
55	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/12（金）	14:00	1回	転倒後の『大丈夫』に潜む危険～痛みだけではわからない体の異変と早期受診の大切さ～	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
56	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/12（金）	15:00	1回	心不全の病態と予防について	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
57	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/12（金）	13:30	1回	☹️脱水症について知ろう！	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
58	石川啄木生誕140年記念 石川啄木講座	2026/06/13（土）	14:00～15:30	1回	「あせるな、のんきになれ ～啄木と教え子たちとの交流～」	30名	函館市文学館 函館市末広町2番5号	2026/04/01（水）から 2026/06/13（土）	電話で	料金500円（ざいだん友の会400円）	函館市文学館	0138-22-9014 0138-22-9065 bungakukan@zaidan-hakodate.com
59	大雪山系の花々	2026/06/13（土）	10:00～12:00	1回	大雪山系に自生する高山植物と山野草について、その形や色などの特色や自生する環境について学びます。	なし	北海道青少年会館コンパス 札幌市南区真駒内柏丘7丁目8-1	2026/05/15（金）から 2026/06/12（金）	電話で、Eメールで、HPで	無料	株式会社 スポーツピア 北海道青少年会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y-abe@sportpia.co.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
60	帯広市民大学講座 第7集 【講演会&トークショー】森のチカラ、絵本のチカラ	2026/06/13(土)	13:00~15:00	1回	帯広市民大学講座 第7集 【講演会&トークショー】森のチカラ、絵本のチカラ	先着50名	帯広の森・はぐくむ 帯広市南町南9線49番地1		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
61	福祉レクリエーションのつどい「折り紙とゲームをしよう」	2026/06/14(日)	13:30~15:30	1	絵本から折り紙を使って主人公を作り遊びます。歌やゲームをして遊びます。	20	社会福祉総合センター3階第3会議室 札幌市中央区大通西19丁目社会福祉総合センター	2026/06/01(月)から 2026/06/13(土)	電話で、FAXで	450円	札幌レクリエーション協会	8032668099 011-694-0726
62	1次救命処置（心肺蘇生法）	2026/06/15(月)	16:00~17:00	1回	心臓マッサージ、AEDなど救急車が到着するまでにすべきことを習得していきます。	4名	北海道大学病院 会議室	2026/05/01(金)から 2026/06/08(月)	電話で、FAXで、Eメールで	無料	北海道大学病院	011-706-5746 011-706-7618 s-koto@huhp.hokudai.ac.jp
63	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/15(月)	13:30	1回	👂心臓を助ける小さな味方 ～ペースメーカーのお話～	あり	中央区民センター 2階集会室 札幌市中央区南3条西11丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
64	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/15(月)	14:00	1回	熱中症から身を守る ～予防と対策～	あり	中央区民センター 2階集会室 札幌市中央区南3条西11丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
65	札幌東徳州会病院医療公開講座（6月）	2026/06/15(月)	15:00	1回	大腸内視鏡をしませんか？ ～大腸検査をすすめる理由～	あり	中央区民センター 2階集会室 札幌市中央区南3条西11丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
66	アンガーマネジメント講座（初心者編）	2026/06/16(火)	18:30~20:00	1回	アンガーマネジメントを初めて学ぶ方向けの内容となります。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター 札幌市中央区北5条西5丁目7番地sapporo55ビル5階		電話で、FAXで、Eメールで、HPで	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
67	帯広市民大学講座 第8集 【消費者講座】地域で防ぐ消費者被害～高齢者の被害をみんなで守る～	2026/06/16(火)	10:00~11:30	1回	帯広市民大学講座 第8集 【消費者講座】地域で防ぐ消費者被害～高齢者の被害をみんなで守る～	先着70名	とかちプラザ2階 視聴覚室 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
68	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/16（火）	13:30	1回	👂 高血圧のハナシ	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
69	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/16（火）	14:00	1回	骨セメント療法 ～圧迫骨折の痛み からの解放～	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
70	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/16（火）	15:00	1回	いつまでもおいしく食べるために ～お口の老化を予防しよう！～	あり	札幌市東区民センター 3階講義室 札幌市東区北11条東7丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
71	北海道史を学ぶ会 はじめから学 び直す北海道史（下）一明治維新 から現在まで	2026/06/17（水）	13:30～15:30	全5 回	集治監の開設、受刑者の収容実態、 タコ部屋の過酷な実態ほか	30名	かでの2・7ビル 750会 議室 札幌市中央区北2条西7 丁目		電話で	1,200円 （資料代 含む）	北海道史を学 ぶ会 森山 祐吾	080-1886-1512
72	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/17（水）	13:30 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案 内します。	1回	👂 音声障害～「声が出ない」原因 と治療～	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
73	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/17（水）	14:30 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案 内します。	1回	急性大動脈解離について	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
74	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/17（水）	15:00 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案 内します。	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動 脈硬化を見つけよう～ 頸動脈プ ラーク編	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
75	北の歴史塾 「薄命の小説家－素 木しづ、薄命の歌人－中条ふみ」	2026/06/18（木）	13:30～15:30	全1回	「薄命の小説家－素木しづ、薄命の 歌人－中条ふみ」	63名	かでの2・7ビル 730研 修室 札幌市中央区北2条西7 丁目		電話で	1,200円 （資料代 含む）	北の歴史塾 森山 祐吾	080-1886-1512

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
76	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/18（木）	13:30	1回	緑内障ってどんな病気？	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
77	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/18（木）	14:00	1回	理想的なメガネってなに？	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
78	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/18（木）	15:00	1回	ジェネリック医薬品	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
79	北海道医療大学 シニア世代の健康 づくり講座	2026/06/18（木） から2026/10/14 （水）	14:30～16:00	全5回	健康の知識と意識を高め、お互いの 健康づくりについて話してみませんか？	各回30 名（申 し込み 先着 順）	北海道医療大学地域包括 ケアセンター 札幌市北区あいの里2条 6丁目2番1号	2026/04/09 （木）から 2026/10/07 （水） 申込期日：各 開催日の1週間 前	電話で、その他： グーグルフォームで （ <a href="https://forms.gle/hofqF9dyon2bA9B56">https://forms.gle/hofqF9dyon2bA9B56</a> ）	500円 （初回の み）	北海道医療大 学	011-788-2588
80	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/19（金）	14:00	1回	動脈瘤と大動脈解離について	あり	南区民センター 3階第 3会議室 札幌市南区真駒内幸町2 丁目2		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
81	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/19（金）	15:00	1回	動脈硬化の検査について ～足のし びれ・冷感などありませんか？	あり	南区民センター 3階第 3会議室 札幌市南区真駒内幸町2 丁目2		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
82	初夏のオホーツク・サロマ湖周辺自然観察会	2026/06/20(土)	08:45~15:00	1回	観察①幌岩山展望台周辺：初夏の植生(車) ②ワッカ原生花園：初夏の海浜植生(自転車使用)	12名	オホーツク海沿岸・サロマ湖周辺（幌岩山展望台・サロマ湖周辺） 佐呂間町道の駅(常呂郡佐呂間町浪速)⇒浜佐呂間⇒ワッカ原生花園(北見市常呂町字栄浦)道の駅「サロマ湖」(R238号沿駐車場に8:30集合)、ワッカネイチャーセンター(ワッカ原生花園駐車場15:00解散)	2026/05/01(金)から 2026/06/01(月) 定員12名、先着順で締め切り	電話で、Eメールで、はがきで	1,200円	北海道自然観察協議会	011-694-5907(相原090-3897-5392)  kinetics58@gmail.com
83	ドラマで分かる！韓国文化	2026/06/20(土)	14:00~15:30	1回	韓国の時代劇から現代劇まで、ドラマの「ワンシーン」を読み解く！	50名	札幌国際大学 札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2026/05/18(月)から 2026/06/14(日)	その他：当生涯学習センターホームページ掲載のリンクされる申込フォームや案内のQRコードより申込受付。	受講料1,000円	札幌国際大学生涯学習センター	011-881-2410  t-center@ad.siu.ac.jp
84	キャンパス・コンソーシアム函館合同公開講座「函館学2026」第1回	2026/06/20(土)	13:30~15:00	1回	「函館」をキーワードに、大学教授らが多様なテーマでわかりやすく説明する人気講座。	100名	函館大学 函館市高丘町51-1		電話で、FAXで、Eメールで、はがきで、直接会場で	無料	キャンパス・コンソーシアム函館	0138-34-6121 0138-34-6101 info@cc-hakodate.jp
85	とから初夏の自然探検隊	2026/06/20(土)から2026/06/21(日)		1回	初夏の森林に触れることで自然を大切にすることを育みます。	親子5組20名程度	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル足寄 足寄町常盤3番地	2025/05/26(月)から 2025/06/09(月) 最終日17:30終了	その他：QRコード	未就学児(4歳以上)2,750円 小・中学生3,550円 高校生以上学生3,700円 保護者4,500円	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル足寄	0156-25-6111 0156-25-6112 napal-ashoro@okamoto-group.co.jp
86	シニアライフのレクリエーション「ユリの木の花を見よう」	2026/06/21(日)	13:30~15:30	1	地下鉄東西線西18丁目駅から知事公館まで歩き、様々な木や花と自然の美しさを学びます。	20	知事公館 札幌市中央区北1条西16丁目1-3	2026/06/09(火)から 2026/06/19(金)	電話で、FAXで	400円	札幌レクリエーション協会	8032668099  mikiyuki2011@gmail.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
87	帯広市民大学講座 特別講座 【帯広畜産大学連携】乳牛への肉牛受精卵移植：ウシの繁殖に関する研究と技術進歩が畜産業に与える影響	2026/06/22（月）	13:00～16:30	1回	帯広市民大学講座 特別講座 【帯広畜産大学連携】乳牛への肉牛受精卵移植	先着200名	帯広市民文化ホール 大ホール 帯広市西5条南11丁目48番地2		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
88	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/22（月）	13:30 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	脂肪肝についてのお話	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
89	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/22（月）	14:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	乾燥肌を予防しよう	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
90	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/22（月）	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	高齢化社会とフレイル	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
91	【WEBセミナー】採用につながる応募書類の書き方	2026/06/23（火）	14:00～14:45	1回	履歴書、職務経歴書を書く上での基本ルールと志望動機の書き方のポイントをお伝えします。	40名	「zoom」web会議システム使用 ※オンライン※	2026/05/25（月）から 2026/06/22（月） 開催日曜日10:00まで。 （定員に達し次第、受付を終了いたします。）	HPで、その他： <a href="https://www.jobcafe-h.jp/event/">https://www.jobcafe-h.jp/event/</a>	無料	北海道就業支援センター ジョブカフェ北海道	011-209-4510 jcjsweb@jobcafe-h.jp
92	いしかり市民カレッジ主催講座5 「半導体とは、どういうものか？」①	2026/06/23（火）	10:30～12:00	全2回	第1回「半導体とは？どこで、どのように使われているか？」	なし	石狩市花川北コミュニティセンター 石狩市花川北3条2丁目198(Tel.0133-74-6525)	2026/06/01（月）から 2026/06/09（火）	電話で、FAXで、HPで	一般700円 カレッジ生500円 各回ごとに徴収	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
93	生成AIを活用したビジネスプランコンテスト応募に向けた種（ネタ）探し	2026/06/24（水）	18:30～20:00	1回	ビジネスプランコンテストへの応募を目指し、生成AIを活用してビジネスの種を見つけます。	10名	北海道情報大学 札幌サテライト教室 札幌市中央区北3条西7丁目緑苑ビル4階 (株)SCC札幌オフィス内	2026/06/01（月）から 2026/06/12（金）	FAXで、Eメールで、HPで、その他：往復はがきで、Googleフォームで	500円	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.ac.jp
94	北海道史を学ぶ会 はじめから学び直す北海道史（下）－明治維新から現在まで	2026/06/24（水）	13:30～15:30	全5回	GHQの農地解放指令、戦後の北海道総合開発計画ほか	30名	かでの2・7ビル 750会議室 札幌市中央区北2条西7丁目		電話で	1,200円 （資料代含む）	北海道史を学ぶ会 森山祐吾	080-1886-1512
95	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/24（水）	13:20 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	☞夏本番！！気を付けよう熱中症！！	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
96	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/24（水）	14:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	☞心不全と上手に付き合うためには～心不全自己管理のすすめ～	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
97	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/24（水）	15:00 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	エコー検査でわかる循環器疾患～動脈硬化を見つけよう～ 腎臓・高血圧編	あり	札幌東徳洲会病院 センターホール 札幌市東区北33条東14丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
98	道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（2）	2026/06/26（金）	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		夕張市拠点複合施設りすた 夕張市南清水沢4丁目48-12		電話で、FAXで、Eメールで、直接会場で、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
99	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/26（金）	13:30	1回	☞尿で何がわかるの？ ～尿検査でわかること～	あり	中央区民センター 2階集会室 札幌市中央区南3条西11丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
100	札幌東徳洲会病院医療公開講座（6月）	2026/06/26（金）	14:00	1回	検診のすすめ～冠動脈CT・乳がん検診・PET-CTについて	あり	中央区民センター 2階集会室 札幌市中央区南3条西11丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
101	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/26（金）	15:00	1回	手術とお薬の関係 ～安全に手術を受けるために～	あり	中央区民センター 2階 集会室 札幌市中央区南3条西11 丁目		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
102	騙されないための「お金」のはなし	2026/06/27（土）	10:30～12:00	1回	人生の大問題(年金不安・インフレ …)を、お金の運用『だけ』で解決 しよう』とは考えない方が賢明で す。	28名	北海道情報大学 札幌サ テライト教室 札幌市中央区北3条西7 丁目緑苑ビル4階 (株)SCC札幌オフィス内	2026/06/01 (月)から 2026/06/12 (金)	FAXで、Eメール で、HPで、その 他：往復はがきで、 Googleフォームで	500円	北海道情報大 学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do- johodai.ac.jp
103	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/29（月）	13:30 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案内 します。	1回	☞本当に怖い糖尿病性足潰瘍～形 成外科医から糖尿病をお持ちの皆様 へ～	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
104	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/29（月）	14:00 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案内 します。	1回	がん専門薬剤師が教える、最新のが ん薬物療法とチーム医療	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
105	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/29（月）	15:00 開始15分前よ り、1階ロ ビーにてご案内 します。	1回	带状疱疹について	あり	札幌東徳州会病院 セン ターホール 札幌市東区北33条東14 丁目3-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp
106	いしかり市民カレッジ主催講座5 「半導体とは、どういうもの か？」②	2026/06/30（火）	10:30～12:00	全2 回	第2回「半導体製造の加工技術を化 学から見て」	なし	石狩市花川北コミュニ ティセンター 石狩市花川北3条2丁目 198(Tel.0133-74-6525)	2026/06/01 (月)から 2026/06/09 (火)	電話で、FAXで、 HPで	一般700 円カレッ ジ生500 円 各回ご とに徴収	いしかり市民 カレッジ運営 委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249
107	家計にやさしい！簡単・時短・節 約レシピ	2026/06/30（火）	18:00～20:00	1回	安価な食材を活用し、短時間で作れ る簡単レシピを学んで、日々の食卓 に役立つ工夫を身につけましょう。	12名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/06/02 (火)	電話で、HPで、直 接会場で	材料費 1,600円	函館市女性セ ンター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate- josen.com
108	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/30（火）	13:30	1回	☞高血圧のハナシ	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁 目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲 会 札幌東徳 洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi- tokushukai.or.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
109	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/30（火）	14:00	1回	高齢化社会の眼科病変を考える	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
110	札幌東徳州会病院医療公開講座 （6月）	2026/06/30（火）	15:00	1回	肝炎検査のキホン ～血液でみる肝炎検査～	あり	札幌市北区民センター 2階講義室 札幌市北区北25条西6丁目1-1		直接会場で	無料	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
111	第3回くらしのセミナー「気象予報士と一緒に学ぶ 天気で元気に！健康と防災のお天気講座」	2026/07/01（水）	13:00～15:00	1回	気象と健康（熱中症・紫外線・気圧痛・メンタル等）、防災について気象予報士と一緒に楽しく学びます。	会場60名、オンライン100名	北海道立消費生活センター 札幌市中央区北3条西7丁目北海道庁別館西棟	2026/06/11（木）から 2026/06/26（金） 9時00分～	電話で、FAXで、HPで、その他：会場参加：電話、FAX又は持参で申込み、オンライン参加：HP「申込フォーム」から申込み	無料	北海道立消費生活センター	011-221-0110 011-221-4210 keihatsu@do-syouthi-c.jp
112	北海道史を学ぶ会 はじめから学び直す北海道史（下）－明治維新から現在まで	2026/07/01（水）	13:30～15:30	全5回	戦後の歴代知事の道政、余話（北海道独立論ほか）	30名	かでの2・7ビル 750会議室 札幌市中央区北2条西7丁目		電話で	1,200円（資料代含む）	北海道史を学ぶ会 森山祐吾	080-1886-1512
113	言語の中に見る食物の有難さ－オセアニアの言葉の事例から－	2026/07/02（木）	18:00～20:00	1回	オセアニアの言語を通して、食物と人との深い関係を読み解く講座。	7名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/06/04（木）から 2026/06/18（木） 申込みは最終日の17時まで	FAXで、Eメールで、その他：申込みフォーム ( <a href="https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5">https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5</a> )	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
114	科学絵本の魅力を探る ～動物園・水族館・地域をつなぐ～	2026/07/04（土）	14:00～15:00	1	生き物のユニークさを学べる科学絵本を題材に動物園や水族館、地域散策の新しい楽しみ方を紹介。	30	北翔大学 札幌円山キャンパス 札幌市中央区南1条西22丁目1番1	2026/04/06（月）から 2026/06/28（日）	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2612.peatix.com/">https://hokushokouza2612.peatix.com/</a>	1000円	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 kouzacen@hokushou.ac.jp
115	生成AIを活用したい！～ChatGPTは友達～	2026/07/04（土）	13:00～14:30	全1回	最近浸透してきた生成AI。どう使ったらいいかわからない方へ、ハードルを下げ楽しく活用しましょう！	15名	星槎道都大学 北広島市中の沢149	2026/05/07（木）から 2026/07/03（金） 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
116	90分で終わる!ハングル講座	2026/07/04(土)	14:00~15:30	1回	「韓国語」の魅力に触れ、90分で読める・書ける自分になる!	50名	札幌国際大学 札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2026/05/18(月)から 2026/06/28(日)	HPで、その他:当生涯学習センターホームページ掲載のリンクされる申込フォームや案内のQRコードより申込受付。申込操作が難しい方は当センター事務室へお電話ください。	受講料 1,000円	札幌国際大学 生涯学習センター	011-881-2410 t-center@ad.siu.ac.jp
117	日本の唱歌と童謡について~夏の歌を中心に~	2026/07/04(土)	10:30~12:00	1回	講師セレクトによる曲を鑑賞し、その魅力や作詞・作曲者の紹介、作曲の背景、エピソードなどを解説する。	20名	札幌国際大学 札幌市清田区清田4条1丁目4-1	2026/05/18(月)から 2026/06/28(日)	HPで、その他:当生涯学習センターホームページ掲載のリンクされる申込フォームや案内のQRコードより申込受付。	受講料 1,000円	札幌国際大学 生涯学習センター	011-881-2410 t-center@ad.siu.ac.jp
118	中国の文化・中国医学に学ぶ日常健康管理	2026/07/04(土)	13:00~15:00	1回	中国医学の視点で日常の不調を見つめ、季節に応じた養生を学ぶ講座。	20名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/06/04(木)から 2026/06/18(木) 申込みは最終日の17時まで	FAXで、Eメールで、その他:申込みフォーム ( <a href="https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5">https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5</a> )	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
119	デザイン・ものづくり入門講座 ~レーザー加工体験~	2026/07/04(土)	13:00~16:00	1回	レーザー加工機で自分だけのコースターを作ろう!デザイン考案の基礎からじっくりお教えます。	10名	北海道情報大学 松尾記念館2階 画像メディア実習室、eDCタワー6階 図書館Gスタジオ 江別市西野幌59番2	2026/06/08(月)から 2026/06/19(金)	FAXで、Eメールで、HPで、その他:往復はがきで、Googleフォームで	無料	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.ac.jp
120	帯広市民大学講座 第9集 【帯広畜産大学連携】アメリカ独立250年-歴史・外交・音楽	2026/07/04(土)	14:00~16:00	1回	帯広市民大学講座 第9集 【帯広畜産大学連携】アメリカ独立250年-歴史・外交・音楽	先着 100名	帯広畜産大学 講義棟5番教室 帯広市稲田町西2線11番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
121	H-02 北海道教育大学函館校 一般公開講座 異文化コミュニケーションから見た日本語と英語	2026/07/05(日)から2026/07/12(日) 7/5、7/12開講	14:00~17:00	2回	ことばと異文化理解について、日本語特有の表現や英語との違いなど、比較を通して楽しく学びませんか。	30名 (最低 逐行人 数6 名)	北海道教育大学函館校 函館市八幡町1番2号	2026/04/01(水)から 2026/06/19(金)	その他:受講の申し込み方法などは、下記担当グループまでお問い合わせください。	2,000円 (本学学生は500円 で受講可)	北海道教育大学 函館校	0138-44-4218 0138-44-4380 hak-gakumu@j.hokkyodai.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
122	台湾華語入門講座（昼間）	2026/07/05（日） から2026/08/02 （日） 毎週日曜日	13:30～15:30	5回	台湾で使われる中国語の基礎と、旅行に役立つ表現と文化を学ぶ入門講座。	10名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/06/04 （木）から 2026/06/18 （木） 申込みは最終 日の17時まで	FAXで、Eメール で、その他：申込み フォーム （ <a href="https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5">https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5</a> ）	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
123	からだの中から健康に 薬膳料理教室	2026/07/07（火）	10:00～12:00	1回	家庭料理に薬膳の考え方を取り入れ、日々の不調を緩和しながら健康な身体づくりに役立てましょう。	12名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/06/09 （火）	電話で、HPで、直接会場で	材料費 1,600円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
124	帯広市民大学講座 第10集 十勝川治水100年～治水の歴史と地域の発展～	2026/07/08（水）	14:00～15:30	1回	帯広市民大学講座 第10集 十勝川治水100年～治水の歴史と地域の発展～	先着30名	とかちプラザ4階 講習室 402 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
125	道民カレッジ・まなびカフェinゆばり（3）	2026/07/10（金）	13:00～15:00	1回	気軽に行けて暮らしが少し便利になる学びの場。小学校～中学校程度の教科学習、どなたでも参加できます。		夕張市拠点複合施設りすた 夕張市南清水沢4丁目 48-12		電話で、FAXで、Eメールで、直接会場で、その他	無料	道民カレッジ事務局	011-204-5780 011-281-6664 college@manabi.pref.hokkaido.jp
126	『日本の食の安全性』大丈夫なの？	2026/07/11（土）	13:00～14:30	全1回	日本人の健康問題を様々な角度からお伝えし、経営学の目線で語り合いませんか。	20名		2026/05/07 （木）から 2026/07/10 （金） 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
127	日常生活から考える健康	2026/07/11（土）	10:30～12:00	全1回	経験している日常生活を手がかりに、健康とは何かを総合的に考えます。	20名		2026/05/07 （木）から 2026/07/10 （金） 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
128	いしかり市民カレッジ主催講座6 「石狩歴史散歩～新港・花畔・樽川・花川地区を巡る～」①	2026/07/11（土）	09:00～12:30	全2回	第1回「新港・花畔・樽川地区を巡る」	なし	石狩市民図書館 8：30集合バス巡回 石狩市花川北7条1丁目 26石狩市民図書館	2026/06/01 （月）から 2026/06/26 （金）	電話で、FAXで、HPで	一般 1,200円 カレッジ生1,000円（各回ごと徴収）	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
129	中世の古文書、史料を読む ～意思・情報はどのように伝えられたのか～	2026/07/11（土）	10:00～12:00	1	古文書の解読を通じて、中世の人々の意思・情報の伝え方・やりとりを、皆さんと勉強していきます。	なし	函館大学 函館市高丘町51-1	2026/06/01（月）から 2026/07/11（土）	電話で、Eメールで、直接会場で	無料	函館大学	0138-57-1181 0138-57-10298 soumu@hakodate-u.ac.jp
130	数字の冒険へ出発！おもしろい数を探そう	2026/07/11（土）	13:00～14:30	1回	数字の並びに隠された不思議や面白さを学ぶ講座。素数やフィボナッチ数などの秘密を楽しく探ります。	16名	北海道情報大学 札幌サテライト教室 札幌市中央区北3条西7丁目緑苑ビル4階 (株)SCC札幌オフィス内	2026/06/15（月）から 2026/06/26（金）	FAXで、Eメールで、HPで、その他：往復はがきで、Googleフォームで	無料	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.ac.jp
131	作って食べる楽しさを学ぼう 親子で楽しむ食育講座	2026/07/11（土）	12:00～14:00	1回	親子で一緒に調理を体験し、協力して料理を作る楽しさを通じて「食べることの大切さ」を共に学びましょう。	12組24名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/06/12（金）	電話で、HPで、直接会場で	材料費 1,800円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
132	観察会「夏の森の観察会」	2026/07/11（土） 2026年7月11日（土）	10:00～12:00 10:00～12:00	1回	真夏でも涼しい野幌森林公園内を散策して、盛夏に咲き誇る花や虫などを観察します。	先着50名	野幌森林公園自然ふれあい交流館 江別市西野幌685-1	2026/06/12（金）から 2026/07/10（金）	電話で、その他：受付時間：9:00～17:00（休館日を除く）	無料	野幌森林公園 自然ふれあい交流館	011-386-5832 011-388-7058 nfpvc@kaitaku.or.jp
133	星槎道都大学で踊ろうソーラン節	2026/07/12（日）	10:30～12:00	全1回	教育系ソーラン節YouTuberモリモリ博士と、「踊ろう！ソーラン節！」	20名		2026/05/07（木）から 2026/07/10（金） 定員に達するまで	電話で、FAXで、HPで	無料	星槎道都大学	011-372-3111 011-372-2580
134	KASIWAOKAウォーク	2026/07/12（日）	10:00～13:00	1回	明治時代の建材として使用された「札幌軟石」の歴史と「柏丘」の地質学的な特性などについて学ぶ。	15人	北海道青少年会館 札幌市南区真駒内柏丘7丁目8-1	2026/06/10（水）から 2026/07/08（水）	電話で、Eメールで、HPで	2,200円	株式会社 スポーツピア 北海道青少年会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y-abe@sportpia.co.jp
135	いしかり市民カレッジ主催講座7「石狩市の交通インフラの現状と将来」①	2026/07/14（火）	10:30～12:00	全2回	第1回「石狩市の交通インフラの現状～オンデマンド交通など」	なし	石狩市花川北コミュニティセンター 石狩市花川北3条2丁目198(Tel.0133-74-6525) 石狩市花川北コミュニティセンター	2026/06/01（月）から 2026/06/30（火）	電話で、FAXで、HPで	一般700円カレッジ生500円(各回ごとに徴収)	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249
136	熱中症予防と対応	2026/07/14（火）	16:00～17:00	1回	熱中症を予防するためにできること、熱中症になったときの対応を座学と演習でお伝えします。	4名	北海道大学病院 会議室	2026/06/01（月）から 2026/07/07（火）	電話で、FAXで、Eメールで	無料	北海道大学病院	011-706-5746 011-706-7618 s-koto@huhp.hokudai.ac.jp

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
137	アンガーマネジメント講座（初心者編）	2026/07/14（火）	18:30～20:00	1回	アンガーマネジメントを初めて学ぶ方向けの内容となります。	10名	キャリアバンク札幌スキルアップセンター 札幌市中央区北5条西5丁目7番地sapporo55ビル5階		電話で、FAXで、Eメールで、HPで	1回3,300円	キャリアバンク札幌スキルアップセンター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com
138	氷島の言葉と文化を学ぶ: アイスランド語超入門	2026/07/14（火）から2026/08/04（火） 毎週火曜日	10:30～12:00	4回	アイスランド語の基礎を学びます。また風土や文化、政治や女性の社会進出を写真映像を交えて紹介します。	15名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/06/04（木）から 2026/06/18（木） 申込みは最終日の17時まで	FAXで、Eメールで、その他：申込みフォーム ( <a href="https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5">https://forms.office.com/r/Xv6Junzwf5</a> )	1,000円	室蘭工業大学	0143-46-5016 0143-46-5031 chiiki@muroran-it.ac.jp
139	北海道教育大学函館校 一般公開講座 【函館学】夏休みまちあるき連続講座「本学周辺と元町、湯の川温泉周辺を探索しよう！！！！」	2026/07/20（月）から2026/08/02（日） 7/20、7/26、8/2 開講	10:00～12:00	3回	本学周辺と元町、湯の川温泉周辺の歴史・文化・地理などにスポットを当て、地域の魅力を学びます。	30人	北海道教育大学函館校周辺、元町地区、湯の川地区	2026/06/08（月）から 2026/07/17（金）	その他：受講の申し込み方法などは、下記担当グループまでお問い合わせください。	2,000円	北海道教育大学函館校	0138-44-4218 0138-44-4380 hak-gakumu@j.hokkyodai.ac.jp
140	いしかり市民カレッジ主催講座7「石狩市の交通インフラの現状と将来」②	2026/07/21（火）	10:30～12:00	全2回	第2回「石狩市の交通における将来の夢～ロープウェイ構想と無人発送ロボットの開発」	なし	石狩市花川北コミュニティセンター 石狩市花川北3条2丁目198(Tel.0133-74-6525) 石狩市花川北コミュニティセンター	2026/06/01（月）から 2026/06/30（火）	電話で、FAXで、HPで	一般700円カレッジ生500円(各回ごとに徴収)	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249
141	シニア勉強会「シニアの住まい選びの実践編」～ニューキョジョウケンの優先順位の付け方～	2026/07/22（水）	10:00～12:00	1回	シニアの住まいの選び方を具体的にお話しいただきます	40名	札幌市民ホール（カナモトホール）第2会議室 札幌市中央区北1条西1丁目札幌市民ホール（カナモトホール）	2026/04/14（火）から 2026/07/21（火）	電話で、FAXで、Eメールで、HPで	1,000円	一般社団法人ウォームハート相続札幌シニア勉強会	011-700-9070 011-700-9075 souzoku.s@warm-heart.biz
142	帯広市民大学講座 第11集 食べること！～「食べること」で元気に長生き！「食べること」で夏を乗り切る！～	2026/07/23（木）	14:30～16:00	1回	帯広市民大学講座 第11集 食べること！	先着30名	とかちプラザ4階 講習室402 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
143	BUNKAアシストカレッジ 『テキスタイル講座』	2026/07/25（土）	10:00～16:00	全1回	初心者から、多少経験のある方を対象に織物製作を指導します。	15名	北海道文化服装専門学校 札幌市豊平区豊平4条8丁目1-7	2026/04/01（水）から 2026/07/22（水）	電話で、FAXで、はがきで、その他：来校	8,000円（税込・材料費込み）	北海道文化服装専門学校	011-811-0101 011-811-0105

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
144	おもしろ算数教室(1・2年)	2026/07/25(土)	10:00～11:30	1	教員志望の学生と算数の楽しさを体験し、考える面白さを味わおう！	10	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06 (月)から 2026/07/20 (月)	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2604.peatix.com/">https://hokushokouza2604.peatix.com/</a>	無料	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
145	日本医療大学 生涯学習講座「手術は“おまかせ”じゃないーよりよい回復のために自分でできることー」	2026/07/25(土)	10:00～11:00	1回	日本医療大学 生涯学習講座「手術は“おまかせ”じゃないーよりよい回復のために自分でできることー」	無し	日本医療大学 月寒本 キャンパス 札幌市豊平区月寒東3条 11丁目1番50号	2026/04/08 (水)から 2026/07/25 (土)	電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場 で	無料	日本医療大学	011-351-6100 011-351-6160 kouza@jhu.ac.jp
146	いしかり市民カレッジ主催講座6 「石狩歴史散歩～新港・花畔・樽川・花川地区を巡る～」②	2026/07/25(土)	09:00～12:30	全2 回	第2回「花川南・北地区を巡る」	なし	石狩市民図書館 8:30集 合バス巡回 石狩市花川北7条1丁目 26石狩市民図書館	2026/06/01 (月)から 2026/06/26 (金)	電話で、FAXで、 HPで	一般 1,200円 カレッジ 生1,000 円(各回 ごと徴収)	いしかり市民 カレッジ運営 委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249
147	キーワードで読み解く北海道・北 東北の縄文遺跡群5「周堤墓」	2026/07/25(土)	13:30～15:30	1回	「北海道・北東北の縄文遺跡群」の 特色のうち、周堤墓を取り上げ、財 団の調査成果を中心に解説します。	80名	北海道立埋蔵文化財セン ター研修室 江別市西野幌685-1	2026/06/25 (木)から 2026/07/24 (金) 定員になり次 第締切	電話で	無料	公益財団法人 北海道埋蔵文 化財センター	011-386-3231 011-386-3238 mail@domaibun.or.jp
148	シニアライフのレクリエーション 「楽しく体を動かそう」	2026/07/25(土)	13:30～15:30	1	体を動かすリズム感の楽しさを味わ い、各種のダンスやゲームをしながら 体を動かす楽しさを味わいます。	20	社会福祉総合センター3 階第2会議室 札幌市中央区大通西19 丁目	2026/07/01 (水)から 2026/07/22 (水)	電話で、FAXで	400円	札幌レクリ エーション協 会	080-3266-8099 mikiyuki2011@gmail. com
149	夏休み自由研究教室 ～子ども映 像制作体験講座～	2026/07/25(土) から2026/07/26 (日) 1回目7月25日 (土)、2回目7 月26日(日)	09:30～16:30 休憩1時間	2回	小学生を対象とした映像編集講座で す。デジタルビデオカメラで撮影し た映像から映像作品を作成します。	8名	北海道情報大学 松尾記 念館2階 画像メディア 実習室 江別市西野幌59番2	2026/06/29 (月)から 2026/07/10 (金)	FAXで、Eメール で、HPで、その 他：往復はがきで、 Googleフォームで	無料	北海道情報大 学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do- johodai.ac.jp
150	アンガーマネジメント講座(怒り のタイプ診断編)	2026/07/28(火)	18:30～20:00	1回	ストレスゼロの毎日を目指して、更 にスキルを学んでいきます。	10名	キャリアバンク札幌スキ ルアップセンター 札幌市中央区北5条西5 丁目7sapporo55ビル5階		電話で、FAXで、E メールで、HPで	1回3,300 円	キャリアバン ク札幌スキル アップセン ター	011-252-5740 011-207-6541 nlp@cb-school.com

No.	講座名	開催期間	開催時間	回数	概要	定員	会場（住所）	申込期間	申込方法	受講料	問合せ先名称	TEL/FAX/メール
151	帯広市民大学講座 第12集 【消費者講座】食品表示講座～かしこい消費者になるために～	2026/07/28 (火)	10:00～11:30	1回	帯広市民大学講座 第12集 【消費者講座】食品表示講座～かしこい消費者になるために～	先着70名	とがちプラザ2階 視聴覚室 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
152	帯広市民大学講座 第13集 【男女共同参画講座】男女間の無意識の思い込み「～すべき」「～らしさ」を必要としない社会へ！	2026/07/30 (木)	19:00～20:30	1回	帯広市民大学講座 第13集 【男女共同参画講座】	先着40名	とがちプラザ4階 講習室402 帯広市西4条南13丁目1番地		電話で、HPで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
153	アパレルCADでパターンメイキング	2026/07/31 (金)から2026/08/08 (土)	10:00～12:00	3	既存のパンツのパターンデータ（型紙データ）を使用してパソコンで基本的なパターンメイキングを体験します	10	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06 (月)から 2026/06/30 (火)	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2609.peatix.com/">https://hokushokouza2609.peatix.com/</a>	1,500円	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp