

# 講座情報冊子 2026年7月～ 8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

H, E, L, L, O,  
A, U, G, U, S, T,

## 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※		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※		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※		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※		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※		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)	10:00～16:00 ①10:00～12:00 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
8	もっと上達したいWordの応用講座	2026/5/31(日)・6/14(日)・7/5(日)・7/12(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

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
9	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	2026/04/09 (木)から2026/09/23 (水) (水) 詳細は本学ホームページでご確認ください。	電話で、その他：グループフォームで ( <a href="https://forms.gle/gbWCgJtEUVjYpqV7">https://forms.gle/gbWCgJtEUVjYpqV7</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-iryou.ac.jp
10	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	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
11	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) (水) 申込期日：各開催日の1週間前	電話で、その他：グループフォームで ( <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
12	札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）	2026/07/01 (水)	13:30	1回	脳心不全の病態と予防について	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	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	札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）	2026/07/01 (水)	14:00	1回	肝炎検査のキホン ～血液でみる肝炎検査～	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	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	札幌東徳州会病院医療公開講座（7月）	2026/07/01 (水)	15:00	1回	認知症について～軽度認知障害と人生会議のすすめ～	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	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
15	モルッククラブ	2026/07/01 (水)	09:00～11:00	1回	スポーツセンターで、モルックに取り組み、体を動かし、仲間と楽しく交流する。	4 5名	当麻町 スポーツセンター 当麻町			無料	当麻町教育委員会	0166-84-2111 0166-84-5215 fuse-t@town.tohma.lg.jp
16	道民カレッジ・まなびカフェinとかち（1）	2026/07/03 (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。		とかちプラザ403研修室 帯広市西4条南13丁目1		電話で、FAXで、Eメールで、直接会場、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
17	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/03（金）	13:30	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
18	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/03（金）	14:00	1回	脳ドックを受けよう～MR画像でわかる脳卒中～	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
19	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/03（金）	15:00	1回	ジェネリック医薬品	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
20	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、ハードルを下げて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
21	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
22	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/06（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	👂尿で何がわかるの？～尿検査でわかること～	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
23	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/06（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	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
24	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/06（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	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

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
25	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
26	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/07 (火)	13:40	1回	👂 緑内障ってどんな病気？	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
27	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/07 (火)	14:00	1回	肺がんについて ～診断から最新の治療まで～	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
28	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/07 (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	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
29	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
30	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/08 (水)	13:40 開始15分前より、1階ロビーにてご案内します。	1回	👂 認知症の症状と家庭での対応	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
31	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/08 (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	最新の循環器治療	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
32	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/08 (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～足の動脈硬化編	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
33	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/09 (木)	13:30	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さまへ～	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
34	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/09（木）	14:00	1回	あなたの耳は大丈夫？～耳寄りな耳の話～	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
35	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/09（木）	15:00	1回	食中毒と感染症検査～見えない敵（微生物）を知ろう～	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
36	【WEBセミナー】もう怖くない！電話対応がちょっと楽になる講座	2026/07/10（金）	14:00～14:30	1回	すぐに役立つ基本の受け答えや好印象を与える電話対応についてお伝えします。	30名	「zoom」web会議システム使用 ※オンライン※	2026/06/26（金）から2026/07/09（木） 申し込み締め切りは、開催日前日10時まで。（定員に達し次第、締め切りとなります）	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
37	道民カレッジ・まなびカフェinゆうばり（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
38	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/10（金）	14:00	1回	胃痛・胃もたれ 胃の病気のはなし	あり	札幌もいわ徳洲会病院 リハビリ室 札幌市中央区南23条西15丁目1-30		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
39	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/10（金）	14:30	1回	手術とお薬の関係 ～安全に手術を受けるために～	あり	札幌もいわ徳洲会病院 リハビリ室 札幌市中央区南23条西15丁目1-30		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
40	『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

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
41	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
42	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	全1回	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
43	田んぼで生き物をさがそう	2026/07/11（土）	10:00～12:00	1回	田んぼの中の生き物をさがし、観察、スケッチ等を行います。	なし	なちゆるるふあ～む寿心（ことごと） 札幌市南区石山6区	2026/06/08（月）から2026/07/10（金） 事前申込	電話で、その他：ショートメール（保護者名・子供の氏名・年齢・交通機関利用の有無を明記）	一家族300円	北海道自然観察協議会	090-3897-9762
44	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
45	観察会「夏の森の観察会」	2026/07/11（土）	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
46	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
47	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 スポートピア 北海道青少年会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y-abe@sportpia.co.jp
48	札幌東徳洲会病院医療公開講座（7月）	2026/07/13（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	☎帯状疱疹について	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

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
49	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/13（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	急性腹痛って？ ～手術が必要な腹痛～	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
50	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/13（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	足の血流が悪くなるとどうなるの？ ～知っておきたい下肢動脈瘤～	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
51	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
52	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		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
53	札幌遠友リビングラボ建設・運営支援 「連続講座」（1）	2026/07/14（火）	13:30～15:30 開場13:00	1回	「札幌遠友塾と私」～学ぶ喜びを共有しつつ学びの原点を問う。生活の中から学びの意義を考える～	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5丁目8番地		直接会場で	1,000円 （道民カレッジ生・学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
54	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/14（火）	13:30	1回	👩‍❤️‍👨心臓を助ける小さな味方～ベスマーカーのお話～	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
55	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/14（火）	14:00	1回	熱中症から身を守る ～予防と対策～	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 （7月）	2026/07/14（火）	15:00	1回	医療費軽減に役立つ！高額療養費制度 ～マンサンパーカードの活用について～	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

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
57	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/15（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	📞 終活のためのヒント～自分が望む週末期医療を考える～	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
58	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/15（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	転ばない足腰に！～100歳まで骨折知らず～	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
59	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/15（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
60	【WEBセミナー】仕事がうまくいく！5つの伝え方	2026/07/16（木）	14:00～14:30	1回	仕事がかんたんにこなす人が実践している、「伝え方のコツ」をお伝えします。	30名	「zoom」web会議システム使用 ※オンライン※	2026/06/26（金）から2026/07/15（水） 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
61	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/16（木）	13:30	1回	📞 まぶたのお話～眼瞼下垂症と内反証について～	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
62	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/16（木）	14:00	1回	あなたの眼は健康ですか？	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
63	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/16（木）	15:00	1回	薬の正しい飲み方・使い方	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
64	「道みんの日」記念事業 道みんがっこう	2026/07/17 (金)	13:00～16:30	1回	「北海道という風景をつくった物語」をテーマに、「自然」「歴史」「産業」を切り口としたセミナーを開催。	60名	赤れんが庁舎 2階 ホールA 札幌市	2026/06/17 (水) から2026/07/10 (金)	電話で、その他：専用 申込みフォーム https://www.harp.lg.jp/hWR8Xyix	無料	北海道環境生活部くらし安全局道民生活課道民生活係	011-204-5211 011-232-4820 kansei.dousei3@pref.hokkaido.lg.jp
65	理療研修センター公開講座	2026/07/17 (金)	13:00～15:00	1回	いい「押し活」はいい「押し」から～今日からできる！ツボ押し&セルフケア～	30	北海道札幌視覚支援学校 附属理療研修センター 札幌市中央区南14条西 12丁目1-1	2026/06/22 (月) から2026/07/16 (木)	電話で、Eメールで	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
66	道民カレッジ・まなびカフェinとかち(2)	2026/07/17 (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。		とかちプラザ403研修室 帯広市西4条南13丁目1		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
67	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/17 (金)	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	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
68	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/17 (金)	14:00	1回	胃がんリスクの層別化検査って何？ABC検診で胃がんリスクチェック	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
69	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/17 (金)	15:00	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	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
70	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
71	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/21 (火)	13:30	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
72	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/21 (火)	14:00	1回	私の波形は正常？～心電図で分かる心疾患～	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

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
73	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/21（火）	15:00	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
74	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 お話しいたします	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	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
75	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/22（水）	13:40 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
76	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/22（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
77	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/22（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
78	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
79	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/23（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	☺ここまで出来る！カテーテルで の心臓弁膜症治療	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
80	札幌東徳州会病院医療公開講座 （7月）	2026/07/23（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	痛くない大腸内視鏡検査～大腸カプ セル内視鏡～	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
81	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/23 (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	🍴 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
82	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/24 (金)	13:40	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
83	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/24 (金)	14:00	1回	動悸・息切れ・眩暈に潜む心臓の病気	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
84	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/24 (金)	15:00	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
85	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
86	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名	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
87	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
88	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)	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
89	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回	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

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
90	夏休み自由研究教室 ～こ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
91	介護職員初任者研修	2026/07/25(土)から2026/12/19(土)	09:00～16:00 (13:50、14:20、15:10、16:15終了が各1回 最終日は15:00終了)	全16回	大学で、介護の知識と技術を学ぼう！就職や自分の暮らしに役立つ介護講座。資格取得が可能です。	20名	星槎道都大学 北広島市中の沢149	2026/06/25(木)から2026/07/14(火) 定員になり次第締め切り	FAXで、HPで、その他： <a href="https://forms.office.com/r/WTx6E0EtjD">https://forms.office.com/r/WTx6E0EtjD</a>	一般・高校生 50,000円 (テキスト代5,500円別途)	星槎道都大学	011-372-8050 011-372-8045 syougai-gakusyu@seisa.dohto.ac.jp
92	札幌東徳洲会病院医療公開講座(7月)	2026/07/27(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	理想的なメガネってなに？	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
93	札幌東徳洲会病院医療公開講座(7月)	2026/07/27(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	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
94	札幌東徳洲会病院医療公開講座(7月)	2026/07/27(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	食中毒のはなし	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
95	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7		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
96	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
97	道民カレッジ・まなびカフェinとかち(3)	2026/07/28(火)	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。		とかちプラザ403研修室 帯広市西4条南13丁目1		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

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
98	令和8年度アイヌ文化普及啓発セミナー、学校教育関係者向け講習会	2026/07/28(火)から2026/08/04(火)	13:30～20:00 7月28日(火)～31日(金)は13:30～16:50まで開催、8月3日(月)～4日(火)は18:30～20:00	10回	アイヌ文化の歴史や文化に関する理解を深めるための講座です。	各回50名(先着順)	北海道道民活動センター(かでの2・7) 札幌市中央区北2条西7丁目	開始日: 2026/06/22(月) 各講座の開催する当日まで受け付けます(注: 定員になりましたらお断りする可能性があります。)	FAXで、HPで、その他: 公益財団法人アイヌ民族文化財団のホームページ内に情報を公開しております。	無料	公益財団法人アイヌ民族文化財団	011-271-4171 011-271-4181 furukawa-kumiko87c@ff-ainu.or.jp
99	いしかり市民カレッジ主催講座8 「當瀬教授のお茶の間健康談義」①	2026/07/29(水)	10:30～12:00	1回	北海道文教大学人間科学部の當瀬規嗣教授が健康問題についてやさしく解説する講座です。	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	2026/06/25(木)から2026/07/15(水)	電話で、FAXで、HPで	カレッジ生500円、一般700円	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249
100	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/29(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 札幌東徳州会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
101	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/29(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	🗣️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 札幌東徳州会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
102	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/29(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 札幌東徳州会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
103	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
104	札幌東徳州会病院医療公開講座(7月)	2026/07/31(金)	13:40 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 札幌東徳州会病院	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(7月)	2026/07/31(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	皮膚がんのお話 ～それってほんとにほころですか?～	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 札幌東徳州会病院	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
106	札幌東徳州会病院医療公開講座 (7月)	2026/07/31 (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	何度も採血や点滴をやり直されたことはありませんか？ ～エコーが支える新しい血管確保～	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	医療法人徳州会 札幌東徳州会病院	011-722-1168 011-722-5116 kouhou@higashi-tokushukai.or.jp
107	理療研修センター公開講座	2026/08/01 (土)	10:00～12:00	1回	いい「推し活」はいい「押し」から～今日からできる！ツボ押し&セルフケア～	30名	北海道札幌視覚支援学校 附属理療研修センター 札幌市中央区南14条西12丁目1-1	2026/06/22 (月) から2026/07/31 (金)	電話で、Eメールで	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
108	子ども考古学教室 まいぶん遺跡探検隊 (第1次)	2026/08/01 (土)	13:30～15:30	1回	昔の道具に触れる体験を中心に、つかう・つくる実験を行います。	20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	2026/07/01 (水) から2026/07/31 (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
109	夏休み自由研究教室～ロボットでプログラミングを学ぼう～	2026/08/01 (土)	13:00～17:00	1回	レゴを用いて自ら工夫しながらロボットを作成し、プログラミング的思考を実践的に養う講座です。	12組 子供最大16名	北海道情報大学 eDCタワー8階 プロジェクトルーム 江別市西野幌59番2	2026/07/06 (月) から2026/07/17 (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
110	夏だべさ！	2026/08/01 (土) から2026/08/02 (日)	1日目13時受付～2日目12時解散予定	1回	夏ならではの体験を通して、ふるさとの自然の良さを知り、地元への愛着を深める。	30名程度	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸 厚岸町愛冠6番地	2026/07/02 (木) から2026/07/18 (土)	その他：LINEから	未定	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸	0153-52-1151 0153-52-1152 napal.akkeshi@gmail.com
111	帯広市民大学講座 第14集 【帯広畜産大学連携】ちくさんぼ～ちくだいエゾリス観察会～	2026/08/04 (火)	08:30～10:00	1回	帯広市民大学講座 第14集 【帯広畜産大学連携】ちくさんぼ～ちくだいエゾリス観察会～	先着30名 (小学生以下は保護者同伴)	帯広畜産大学 帯広市稲田町西2線11	2026/07/01 (水) から2026/07/28 (火)	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
112	はこだて国際科学祭2026イベント 望遠鏡と偏光板スタンドグラスを作ろう！ (偏光→偏光板)	2026/08/04 (火)	10:00～12:00	1回	親子で「望遠鏡」と「偏光板のスタンドグラス」を製作し、夏休みの自由研究に役立てましょう。	14組28名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日：2026/07/07 (火)	電話で、HPで、直接会場で	材料費1,200円	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
113	アンガーマネジメント講座 (初心者編)	2026/08/04 (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		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
114	クワガタムシ飼育を楽しもう	2026/08/05 (水)	10:00～12:00	1回	クワガタムシのつがいを観察し、生態や産卵方法を通じて「命」の大切さを学びます。飼育方法も紹介します。	10組 (1組1家族)	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06 (月)から2026/07/29 (水)	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2603.peatix.com/">https://hokushokouza2603.peatix.com/</a>	1,500円	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
115	札幌大学英語教育セミナー（英語教育の「今」と「これから」が、一度にわかる3講座）	2026/08/05 (水)	13:30～16:30 受付13:00～	1回	文科省で学習指導要領改訂に携わった直山木綿子氏、英語教育で著名な浦島久氏、今井康人氏が登壇。参加無料	250名	札幌大学 札幌市豊平区西岡3条7丁目46082	2026/06/08 (月)から2026/08/05 (水)	電話で、Eメールで、直接会場で、その他： 【申込フォーム】 <a href="https://forms.gle/pKD4gtQ1jDRfj2HD6">https://forms.gle/pKD4gtQ1jDRfj2HD6</a>	無料	札幌大学	011-852-9168 gakumu@ofc.sapporo-u.ac.jp
116	帯広市民大学講座 第15集 十勝地方の防災と気象について	2026/08/05 (水)	14:30～16:00	1回	帯広市民大学講座 第15集 十勝地方の防災と気象について	先着50名	とちかちプラザ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
117	いしかり市民カレッジ主催講座9 「(株)アイワード石狩工場見学」	2026/08/06 (木)	08:30～12:00	1回	最新設備の整った工場で社員が生き生きと活躍する(株)アイワードを見学します。	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	2026/06/25 (木)から2026/07/23 (木)	電話で、FAXで、HPで	カレッジ生1,000円、一般1,200円	いしかり市民カレッジ運営委員会事務局	0133-74-2249 0133-74-2249
118	電子工学体験講座 ～集積回路を利用した電子工作～	2026/08/07 (金)	13:15～15:15	1回	電子工学の入門として、FMラジオの製作を行います。比較的簡単な作業ですが、はんだ付けを伴う作業です。	20名	北海道情報大学 eDCタワー8階 プロジェクトルーム 江別市西野幌59番2	2026/07/13 (月)から2026/07/24 (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
119	帯広市民大学講座 第16集 【明治】 チーズを知りチーズに親しむ	2026/08/07 (金)	10:00～11:30	1回	帯広市民大学講座 第16集 【明治】 チーズを知りチーズに親しむ	先着50名	とちかちプラザ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
120	こども考古学教室 まいぶん遺跡探検隊（第2次）	2026/08/08 (土)	13:30～15:30	1回	昔の道具に触れる体験を中心に、つかう・つくる実験を行います。	20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	2026/07/08 (水)から2026/08/07 (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
121	簡単にできる科学手品 ～流れの不思議と魅力～	2026/08/08 (土)	10:00～12:00	1回	安全で手軽な科学マジックを、原理解説と実習で楽しむ体験講座。	5名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/07/09 (木)から2026/07/23 (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

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	夏休み自由研究教室 ～レーザー加工体験～	2026/08/08 (土)	10:30～16:30 休憩1時間	1回	レーザー加工機で自分だけのコースターを作ろう！描いた絵がその場で形になる、デジタル工作体験です。	6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	2026/07/13 (月)から2026/07/24 (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
123	帯広市民大学講座 第17集 はじめての生成AI・もっと使える生成AI～暮らしに役立つAI活用術～	2026/08/08 (土)	14:00～16:00	1回	帯広市民大学講座 第17集 はじめての生成AI・もっと使える生成AI～暮らしに役立つAI活用術～	先着50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
124	石川啄木生誕140年記念 函館市文学館講演会	2026/08/15 (土)	14:00～15:30	1回	第1部 「啄木資料と函館啄木会」 第2部 「朗読と歌で描く『一握の砂』の世界」	80名	函館市公民館 函館市青柳町12番17号	2026/07/01 (水)から2026/08/15 (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
125	シニアライフのレクリエーション「体を整える運動をしよう」	2026/08/16 (日)	13:30～15:30	1回	ポップスミュージックを聴きながら運動し、ダンスをします。ゲーム等の脳トレもします。	20名	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	2026/08/04 (火)から2026/08/14 (金)	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
126	お金の知識を深めよう ファイナンシャルプランナー予備校	2026/08/17 (月)から2026/08/31 (月)	18:30～20:00	3回	ファイナンシャルプランナーに必要な基礎知識を学び、資産形成や家計管理に活かせる講座です。	会場20名・オンライン8名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日：2026/07/17 (金)	電話で、HPで、直接会場	無料	函館市女性センター	0138-23-4188 0138-23-4189 info@hakodate-josen.com
127	札幌遠友リビングラボ建設・運営支援 「連続講座」(2)	2026/08/18 (火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「サモアでのバニラ栽培から考える食と農のグローバル思考」～ところ変われば、食や農のあり方も変わる～	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5丁目8番地		直接会場	1,000円（道民カレッジ生・学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
128	帯広市民大学講座 第18集【男女共同参画講座】あたりまえをアップデート～誰もが生きやすい社会を目指すために～	2026/08/18 (火)	14:00～15:30	1回	帯広市民大学講座 第18集【男女共同参画講座】あたりまえをアップデート	先着40名	ソネビル6階 講習会室 帯広市西6条南6丁目3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
129	いしかり市民カレッジ主催講座8「當瀬教授のお茶の間健康談義」②	2026/08/19 (水)	10:30～12:00	1回	北海道文教大学人間科学部の當瀬規嗣教授が健康問題についてやさしく解説する講座です。	なし	石狩市花川北コミュニティセンター 石狩市花川北7条1丁目26	2026/06/25 (木)から2026/07/15 (水)	電話で、FAXで、HPで	カレッジ生500円、一般700円	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
130	日本医療大学 生涯学習講座「今日からできる元気な老後のつくり方～介護福祉士・社会福祉士が見てきた自分らしく生きるヒント～」	2026/08/22 (土)	10:00～11:00	1回	日本医療大学 生涯学習講座「今日からできる元気な老後のつくり方～自分らしく生きるヒント～」	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2026/08/22 (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
131	帯広市民大学講座 第19集 【帯広畜産大学連携】モモンガってなんだ？夕暮れモモンガ観察会	2026/08/22 (土)	17:30～19:30	1回	帯広市民大学講座 第19集 【帯広畜産大学連携】モモンガってなんだ？夕暮れモモンガ観察会	抽選30名(中学生以下は保護者同伴)	おびひろ動物園 動物園センター 帯広市緑ヶ丘2	2026/07/23 (木)から2026/08/06 (木)	HPで、はがきで	無料	帯広市教育委員会	0155-65-4192 0155-23-6142 social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp
132	クラシック みんなで聴けばこわくない	2026/08/22 (土)	13:00～14:30	1回	クラシック音楽の印象として挙げられる「難しい」に注目して、音楽の聴き方について考えるを試みます。	20名	札幌大谷大学 札幌市東区北16条東9丁目1番1号		HPで	1,000円 ※当日現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654 renkei@sapporo-otani.ac.jp
133	続・廻向の思想一親鸞の宗教観一	2026/08/22 (土)	15:00～16:30	1回	昨年に引き続き、廻向という概念を手がかりとして、親鸞の宗教観を考察します。	なし	札幌大谷大学 札幌市東区北16条東9丁目1番1号		電話で、FAXで、HPで	1,000円 ※当日現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654 renkei@sapporo-otani.ac.jp
134	カウンセリング体験	2026/08/25 (火)	10:30～12:00	1回	日常的に役立つようなカウンセリング技法について学びます。	20名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06 (月)から2026/08/18 (火) <a href="https://hokushokouza2607.peatix.com/">https://hokushokouza2607.peatix.com/</a> <a href="https://hokushokouza2606.peatix.com/">https://hokushokouza2606.peatix.com/</a>	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2607.peatix.com/">https://hokushokouza2607.peatix.com/</a>	1,000円	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
135	デジタルカメラと撮影の科学 - デジタルカメラの構造と原理を理解し撮影と編集の基礎を学ぶ -	2026/08/29 (土)	13:00～16:00	1回	デジタルカメラの仕組みを学び、撮影から画像・動画編集の基礎を身につける講座。	10名	室蘭工業大学 室蘭市水元町27番1号	2026/07/16 (木)から2026/07/30 (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
136	暮らしの中の「コミュニティダンス」	2026/08/29 (土)	13:00～14:30	1回	暮らしの中のちょっとしたことをダンスにできる「コミュニティダンス」を、一緒に楽しく体験しましょう。	20名	札幌大谷大学 札幌市東区北16条東9丁目1番1号		HPで	1,000円 ※当日現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654 renkei@sapporo-otani.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	保育に活かす安全対策講座	2026/08/29 (土)	14:00～16:00	1回	屋外での保育活動をテーマに、専用のイラストシートを用いた危険予知トレーニングを行います。	20名	札幌大谷大学 札幌市東区北16条東9丁目1番1号		HPで	1,000円 ※当日現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654 renkei@sapporo-otani.ac.jp
138	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2回	2026/08/29 (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	函館短期大学 函館市高丘町52-1		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
139	人体クロッキー講座	2026/08/29 (土)		1回	実際の人をモデルに1ポーズ10～20分と少し長めの時間でクロッキーを行います。	30名	札幌大谷大学 札幌市東区北16条東9丁目1番1号		HPで	1,500円※ 当日現金でお支払いください。	札幌大谷大学・札幌大谷大学短期大学部	011-742-1608 011-741-1654 renkei@sapporo-otani.ac.jp
140	家庭に必要な防災の知識	2026/09/01 (火)	16:00～17:00	1回	日頃からの備えが大事、家庭のできる防災準備 地震が来た時、なにをすればいいのか？座学と演習で学びます	4名	北海道大学病院 会議室	2026/07/09 (木)から2026/08/25 (火)	電話で、FAXで、Eメールで、HPで	無料	北海道大学病院	011-706-5746 011-706-7618 s-koto@huhp.hokudai.ac.jp
141	もしもの時でも心にゆとりを学んで備えて 防災・減災講座	2026/09/01 (火)から2026/09/08 (火)	18:30～20:00	連続2回	災害発生を前提とし、被害を最小限に抑えるための減災知識や、日常からできる備えの習慣を身につけます。	28名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日：2026/08/04 (火)	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
142	市立名寄図書館 文学講座	2026/09/04 (金)から2026/10/02 (金) 2026年9月から2026年10月まで	13:30～15:00	5回	教科書に登場した昭和の文豪たちー昭和100年にちなんでーがテーマです。	30名	駅前交流プラザよろーな（予定） 名寄市東1条南7丁目1番地10	2026/08/01 (土)から2026/09/03 (木)前日まで定員の範囲で受付（定員になり次第終了）	電話で、HPで、その他：図書館カウンターで、別途お知らせする市ホームページの入力フォームで	無料	市立名寄図書館	01654-2-4751 01654-2-4897 nayorotosho@city.nayoro.lg.jp
143	北海道医療大学 看護福祉学部同窓会セミナーⅡ	2026/09/05 (土)	10:00～12:00	1回	「対人援助職のケアと、受刑者と僕のケア」と題した講演です。	なし	ACU1614 札幌市中央区北4条西5丁目	2026/04/09 (木)から2026/08/22 (土)	電話で、その他：グループフォーム ( <a href="https://forms.gle/hP2ZvMyUwAJFtsy17">https://forms.gle/hP2ZvMyUwAJFtsy17</a> )	無料	北海道医療大学	0133-23-1129 nice@hoku-iryu-u.ac.jp
144	「東京－日本＋イギリス＝？」の謎 ～ことばの計算ができるしくみ～	2026/09/05 (土)	10:00～12:00	1回	AI が言葉を扱うしくみを学び、「言葉の足し算・引き算」で連想ゲームや似た言葉探しに挑戦します。	20名	北海道情報大学 松尾記念館1階 実習室1 江別市西野幌59番2	2026/07/27 (月)から2026/08/21 (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	3,000円	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.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
145	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3回	2026/09/05(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	函館工業高等専門学校 函館市戸倉町14-1		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
146	札幌遠友リビングラボ *歴史散歩* <秋コース> ①9/5コース	2026/09/05(土) 荒天時は2週間後の19日とする。その場合、午前8時半までに電話で連絡いたします。	10:00～12:00 東区民センター前（東区北11条東7丁目）（からくり時計前）に9時50分までに集合	1回	東区役所・ニュー札幌ビル、大覚寺、橘さん宅、軟石倉庫、本龍寺、大友公園、札幌村郷土記念館を見学する。	15名	東区民センター前に集合し、徒歩で東区の歴史的7箇所を見学する。 東区北11条東7丁目にある東区民センターに、9時50分までに集合のこと。	2026/08/01(土)から2026/08/29(土)	電話で、FAXで、Eメールで	700円（資料、傷害保険代を含む）	一般社団法人 新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-577-1441 info@nitobe-enyu.org
147	シニアライフのレクリエーション 「円山動物園へ行こう」	2026/09/06(日)	13:30～15:30	1回	円山動物園でボランティアによる動物の紹介を受けながら生き物の大切さと知識を深める。	20名	円山動物園 札幌市中央区宮ヶ丘	2026/08/19(水)から2026/09/03(木)	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
148	観察会「秋の花でにぎわう森を歩こう」	2026/09/06(日)	10:00～13:30	1回	花の季節は終わったと思いませんか？秋も野幌森林公園内は花盛り。秋の花と秋の実りも観察します。	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	2026/08/07(金)から2026/09/05(土)	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
149	アンガーマネジメント講座（初心者編）	2026/09/08(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		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
150	札幌遠友リビングラボ建設・運営支援「連続講座」（3）	2026/09/08(火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「野外彫刻とわたくしたち～寿命が長くなります！～」～札幌彫刻美術館友の会の活動を紹介しながら～	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5丁目8番地		直接会場で	1,000円（道民カレッジ生・学生は500円）	一般社団法人 新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
151	自分や家族が受ける前に知っておきたい手術の話	2026/09/09(水)	16:00～17:00	1回	手術室看護師が手術を受ける前に知っておきたい手術や麻酔の知識、心身の準備についてお伝えします。	30名	北海道大学病院 会議室	2026/07/09(木)から2026/09/02(水)	電話で、FAXで、Eメールで、HPで	無料	北海道大学病院	011-706-5746 011-706-7618 s-koto@huhp.hokudai.ac.jp
152	おもしろ算数教室(3・4年)	2026/09/12(土)	10:00～11:30	1回	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名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06(月)から2026/09/06(日) https://hokushokouza2507.peatix.com/ https://hokushokouza2605.peatix.com/	HPで、その他： https://hokushokouza2507.peatix.com/	無料	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hokusho-u.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
153	おもしろ算数教室(5・6年)	2026/09/12 (土)	13:30～15:00	1回	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名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06 (月) から2026/09/06 (日) https://hokusho kouza2606.peati x.com/	HPで、その他： https://hokushokouza 2606.peatix.com/	無料	北翔大学	011-387-3939  hokushokouza@hoku sho-u.ac.jp
154	日本医療大学 生涯学習講座「孤立を防ぎ、安心して暮らせる地域へー子ども・若者と高齢者を地域で支える」	2026/09/12 (土)	10:00～11:00	1回	日本医療大学 生涯学習講座「孤立を防ぎ、安心して暮らせる地域へー子ども・若者と高齢者を地域で支える」	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2026/09/12 (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
155	縄文時代の海面上昇と海岸平野の形成－石狩平野と頓別平野を例として－	2026/09/12 (土)	13:30～15:30	1回	石狩平野や頓別平野を例に、縄文海進の影響を受けた海岸平野の生い立ちを紹介する。	50名	北海道立道民活動セン ター 1030会議室 札幌市中央区北2条西7 丁目	2026/08/12 (水) から2026/09/10 (木)	電話で、Eメールで	1,000円 (大学・ 高校生及 び当セン ター会員 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
156	札幌遠友リビングラボ *歴史散歩* <秋コース> ②9/12コース	2026/09/12 (土) 荒天の場合は9月26 日の午後1時半～3時 半に順延。	10:00～12:00 東区民セン ター前に9時 50分集合のこ と（からくり 時計前）。	1回	東区役所・ニュー札東ビル、大覚寺、橘さん宅、軟石倉庫、本龍寺、大友公園、札幌村郷土記念館を見学する。	15名	札幌市東区北11条東7丁 目、東区民センター前に 集合後、歴史的7箇所を 徒歩で移動。	2026/08/01 (土) から2026/08/29 (土)	電話で、FAXで、E メールで	700円（資 料、傷害 保険料を 含む）	一般社団法人 新渡戸遠友リ ビングラボ	011-577-1441 011-577-1441 info@nitobe- enyu.org
157	ブランドマネジメントを学ぼう。	2026/09/14 (月)	18:30～20:00	1回	「ブランド」とは何かを実際の事例をとおして整理します。	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	2026/08/03 (月) から2026/08/28 (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
158	和の恵みを味わう 麴を使ったお料理教室	2026/09/15 (火)	10:00～12:00	1回	発酵の奥深さと健康効果を学びながら、和の趣を感じる料理を体験し、豊かな食生活と健康増進を目指します。	12名	函館市女性センター 函館市東川町11-12	開始日： 2026/08/18 (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
159	第4回くらしのセミナー「いまさら聞けない生成AIの基礎知識～その活用とリスクについて学ぶ～」	2026/09/16 (水)	13:00～15:00	1回	最新のAI技術である生成AIについて、従来のAIとの違いや基本的な知識を身に付けます。	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	2026/07/02 (木) から2026/09/11 (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- syouhi-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
160	理療研修センター公開講座	2026/09/17 (木)	13:00～15:00	1回	いい「推し活」はいい「押し」から～今日からできる！ツボ押し&セルフケア～	30名	北海道札幌視覚支援学校 附属理療研修センター 札幌市中央区南14条西 12丁目1-1	2026/06/22 (月) から2026/09/16 (水)	電話で、Eメールで	無料	北海道札幌視 覚支援学校附 属理療研修セ ンター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokk aido-c.ed.jp
161	道民カレッジ・まなびカフェinし んしのつ（2）	2026/09/18 (金)	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。		新篠津村保健センター 新篠津村第47線北13号		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
162	ふるさと探訪「勇払の歴史散歩」	2026/09/19 (土)	10:00～12:00	1回	苫小牧において古い歴史を有する勇払地区の指定文化財を見学し、勇払に収められた歴史的背景を考えます。	先着15 名	苫小牧市勇武津資料館 苫小牧市字勇払132番地 の32	2026/08/19 (水) から2026/09/18 (金) 定員になり次第 締切	電話で、直接会場で	無料	苫小牧市勇武 津資料館	0144-56-0201 0144-56-0201 y- siryo@city.tomakom ai.hokkaido.jp
163	令和8年度 第54回小樽市民大 学講座	2026/09/24 (木)か ら2026/11/23 (月)	18:30～20:00 (※18:00開 場) (※第2 講座・第4講 座は13:30～ 15:00、第5 講座は14:30 ～16:00)	全5回	「現代を生きる」というメインテーマに沿って、各分野で活躍している講師を招いて講座を開催する。	各講座 100名 を予定	小樽経済センター 小樽市稲穂2-22-1	2026/07/01 (水) から2026/09/04 (金)	電話で、FAXで、Eメールで、HPで、は がきで、その他	・全講座 受講券 5,000円 ・1講座 受講券 1,500円	小樽市民大学 講座実行委員 会	0134-32-4111 0134-33-6608 syogai- gakusyuka@city.otar u.lg.jp
164	「古代の頃の北海道 擦文文化・ オホーツク文化」2「根室市内の 遺跡からみたオホーツク文化」	2026/09/26 (土)	13:30～15:30	1回	根室市内のオホーツク文化遺跡の内容を紹介し、根室地域のオホーツク文化の特徴について話をいただきます。	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	2026/08/26 (水) から2026/09/25 (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
165	プログラミング講座 ～顔検出機 能を使ってみよう～	2026/09/26 (土)	13:00～15:00	1回	顔検出技術の概要とどのように実装・利用できるかについてプログラミングを体験しながら学びます。	15名	北海道情報大学 松尾記 念館1階 実習室1 江別市西野幌59番2	2026/08/31 (月) から2026/09/11 (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	3,000円	北海道情報大 学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do- johodai.ac.jp
166	秋のオホーツク・サロマ湖周辺自 然観察会	2026/09/27 (日)	08:45～15:00	1回	観察①幌岩山展望台：秋の植生(車) ②ワッカ原生花園：秋の海浜植生 (自転車)	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)	2026/08/01 (土) から2026/09/01 (火) 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.co m

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
167	アンガーマネジメント講座（怒りのタイプ診断編）	2026/09/29（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7		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
168	英語で絵本を読む	2026/10/03（土）	10:00～12:00	1回	単語の意味と発音及び文構造を確認しながら、有名な海外の絵本を英語で読みます。	なし	函館大学 函館市高丘町51-1	2026/06/01（月）から2026/10/03（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
169	身近になりつつある地球観測衛星データでできること（実習編）	2026/10/03（土）	10:00～12:00	1回	地球観測衛星の目的やリモートセンシングの仕組みをご説明し、衛星データを使った実習を行います。	20名	北海道情報大学 松尾記念館1階 実習室1 江別市西野幌59番2	2026/09/07（月）から2026/09/18（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	3,000円	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.ac.jp
170	秋だべさ！	2026/10/03（土）から2026/10/04（日）	1日目13時受付～2日目12時解散予定	1回	秋ならではの体験を通して、ふるさとの自然の良さを知り、地元への愛着を深める。	30名程度	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸 厚岸町愛冠6番地	2026/09/03（木）から2026/09/19（土）	その他：LINEから	未定	北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸	0153-52-1151 0153-52-1152 napal.akkeshi@gmail.com
171	理療研修センター公開講座	2026/10/06（火）	13:00～15:00	1回	いい「推し活」はいい「押し」から～今日からできる！ツボ押し&セルフケア～	30名	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター 札幌市中央区南14条西12丁目1-1	2026/06/22（月）から2026/10/05（月）	電話で、Eメールで	無料	北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター	011-533-3253 011-533-3253 ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp
172	（後期）H-01 北海道教育大学函館校 一般公開講座【函館学】日本画の色彩体験～道南の四季をテーマに～	2026/10/6、10/13、10/20、10/27	10:00～16:00 12:00～13:00 は昼休憩	4回	函館周辺の四季の植物や自然を題材に、日本画の伝統的な画材を使った彩色を体験する初心者向け講座です。	10名（最低遂行人数2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2026/09/22（火）	その他：申込方法の詳細は担当グループにお問い合わせください。	3,000円	北海道教育大学函館校	0138-44-4218 0138-44-4380 hak-gakumu@j.hokkyodai.ac.jp
173	あなたの知らない生成AIの世界	2026/10/07（水）	18:30～20:00	1回	画像・動画生成技術の現状を概観し、ChatGPT等の文章生成AIを用いた実践演習を行う講座です。	15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	2026/09/07（月）から2026/09/18（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
174	観察会「秋の森の観察会」	2026/10/08（木）	10:00～12:30	1回	紅葉が進む野幌森林公園内を歩きながら、木の実観察などを行います。	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	2026/09/09（水）から2026/10/07（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
175	モーションキャプチャで人の運動を見る	2026/10/10（土）	10:30～12:00	1回	モーションキャプチャで人の運動を計測し、取得データをコンピュータで分析するまでを体験的に学びます。	15名	北海道情報大学 eDCタワー8階 プロジェクトルーム 江別市西野幌59番2	2026/09/14（月）から2026/09/25（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

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
176	健康データサイエンス（入門編）	2026/10/10（土）	13:30～15:00	1回	データの取得及び可視化や読み解き方を健康データを例としてやさしく解説します。	20名	北海道情報大学 eDCタワー8階 プロジェクトルーム 江別市西野幌59番2	2026/09/14（月）から2026/09/25（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
177	家族でカヌー（秋）	2026/10/10（土）から2026/10/11（日） 午前もしくは午後で選択。両日とも日帰り。予備日は12日（月）	09:50～14:30 午前9:50～11:30、午後12:50～14:30	2回	ラムサール条約登録湿地「厚岸湖・別寒辺牛湿原」で、カヌーに乗って水生生物を採取する体験。	8艇分	厚岸水鳥観察館周辺別寒辺牛湿原 厚岸町厚岸町サンヌシ66番地	2026/09/10（木）から2026/09/25（金）	その他：LINEから	1艇につき3,000円＋傷害保険料1人につき400円	北海道立青少年体験活動支援施設ネイバル厚岸	0153-52-1151 0153-52-1152 napal.akkeshi@gmail.com
178	札幌遠友リビングラボ建設・運営支援「連続講座」（4）	2026/10/13（火）	13:30～15:30 開場13:00	1回	「日本とポーランド～新渡戸稲造の著作を中心に～」『武士道』、『偉人群像』等を中心に日波交流史の紹介	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5丁目8番地		直接会場で	1,000円（道民カレッジ生・学生は500円）	一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
179	見て・知って・つながる 江別の地域共生を巡るバスツアー	2026/10/15（木）	13:00～17:00	1回	「地域共生社会」という言葉をご存じですか？江別市内で実践する施設・団体を直接見聞かしてみませんか？	15名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06（月）から2026/10/08（木）	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2608.peatix.com/">https://hokushokouza2608.peatix.com/</a>	4,000円	北翔大学	011-387-3939 hokushokouza@hokusho-u.ac.jp
180	福祉レクリエーションのつどい「鮭の遡上を見よう」	2026/10/17（土）	10:00～12:00	1回	JR琴似駅改札口10時集合。その後農試公園橋まで歩き、さけ科学館職員による鮭の遡上の説明を聞く。	20名	琴似発寒川 農試公園橋付近 札幌市西区八軒5条9丁目	2026/10/01（木）から2026/10/16（金）	電話で、FAXで	400円	札幌レクリエーション協会	8032668099 011-694-0726
181	紅葉ウォーク	2026/10/23（金）	10:00～12:00	3回	紅葉の風景に親しみながら、約4キロのウォーキングを楽しみ、健康づくりについて考える。	10名	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	2026/09/25（金）から2026/10/22（木）	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
182	紅葉ウォーク	2026/10/24（土）	10:00～12:00	3回	紅葉の風景に親しみながら、約4キロのウォーキングを楽しみ、健康づくりについて考える。	10名	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	2026/09/25（金）から2026/10/23（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
183	縄文人に挑戦！	2026/10/24（土）	13:30～15:30	1回	大人向けの縄文時代の技法による体験講座。	20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	2026/09/25（金）から2026/10/23（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

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
184	サスティナブルを日常に ヘンプ で快眠生活	2026/10/24(土)から 2026/10/31(土)	10:00～12:00	2回	快適な睡眠にピッタリのヘンプ素材 の知識を深め、ご自身の枕に合った オリジナルの枕カバーを作らしまし ょう。	10名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06(月) から2026/08/31 (月)	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2610.peatix.com/">https://hokushokouza 2610.peatix.com/</a>	4,500円	北翔大学	011-387-3939  hokushokouza@hoku sho-u.ac.jp
185	紅葉ウォーク	2026/10/25(日)	10:00～12:00	3回	紅葉の風景に親しみながら、約4キ ロのウォーキングを楽しみ、健康づ くりについて考える。	10名	北海道青少年会館コンバ ス 札幌市南区真駒内柏丘7 丁目8-1	2026/09/25(金) から2026/10/24 (土)	電話で、Eメールで、 HPで	無料	株式会社 ス ポートピア 北海道青年 会館コンパス	011-584-7555 011-584-7550 y- abe@sportpia.co.jp
186	北海道医療大学 漢方・薬用植物 研究講座②	2026/11/01(日)	10:00～13:30	1回	漢方や薬用植物、自然との調和につ いての講演と観察会を行います。	50名 (申込 先着 順)	北海道医療大学別キャン パス 石狩郡当別町金沢1757	2026/04/09(木) から2026/10/18 (日)	電話で、その他：グー グルフォームで ( <a href="https://forms.gle/6MLJBA6S26UErRm76">https://forms.gle/6 MLJBA6S26UErRm76</a> )	一般500 円、(認 定薬剤師 単位付与 希望者：1 回 1,500 円)	北海道医療大 学	0133-23-1129  nice@hoku-iryu- u.ac.jp
187	観察会「秋のありがとう観察会」	2026/11/01(日)	10:00～12:00	1回	日頃利用する野幌森林公園に感謝の 意を込めて、遊歩道にあるゴミを拾 いながら、木や草の実などを観察し 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	2026/10/02(金) から2026/10/31 (土)	電話で、その他：受付 時間：9:30～16:30 (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
188	免疫力アップ 初心者向け筋トレ 講座	2026/11/07(土)	10:00～11:30	1回	風邪やウイルスに負けない強い身体 をつくるため、自宅でできる簡単な トレーニング方法をレクチャーしま す。	30名	北翔大学 江別市文京台23番地	2026/04/06(月) から2026/11/01 (日)	HPで、その他： <a href="https://hokushokouza2611.peatix.com/">https://hokushokouza 2611.peatix.com/</a>	1000円	北翔大学	011-387-3939 011-387-3746 hokushokouza@hoku sho-u.ac.jp
189	「古代の頃の北海道 擦文文化・ オホーツク文化」3 「目梨泊遺 跡からみたオホーツク文化」	2026/11/07(土)	13:30～15:30	1回	枝幸町目梨泊遺跡を調査し、地域文 化の研究を続けている講師にこれま での成果をお話いただきます。	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	2026/10/07(水) から2026/11/06 (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
190	札幌遠友リビングラボ建設・運営 支援 「連続講座」(5)	2026/11/10(火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「ゲートの視点に立った土木及び海 外地下水の調査例」～広域地下水調 査を例にゲートの視点の重要性を示 す～	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5 丁目8番地		直接会場で	1,000円 (道民カ レッジ 生・学生 は500円)	一般社団法人 新渡戸遠友リ ビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe- enyu.org

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
191	こども考古学教室 親子ガラス玉づくり教室	2026/11/14 (土)	13:30～15:30	1回	ガスバーナーを使ったガラス玉づくりに親子で挑戦する体験講座。	15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	2026/10/14 (水)から2026/11/13 (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
192	無料は本当にタダ？スマホ時代の見えないコストの話	2026/11/21 (土)	10:30～12:00	1回	日々当たり前のように使っている「無料」のサービスとの仕組みや付き合い方について解説します。	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	2026/10/26 (月)から2026/11/06 (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
193	人類最遠の探査機「ボイジャー」は今どこへ？	2026/11/25 (水)	18:30～20:00	1回	ボイジャー探査機の旅を入り口に、その軌跡と託されたメッセージ、科学的成果をたどります。	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	2026/10/26 (月)から2026/11/06 (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
194	道民カレッジ・まなびカフェinしんしのつ（3）	2026/11/26 (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。		新篠津村保健センター 新篠津村第47線北13号		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
195	集まれ小学生！！ピカッとプログラミング講座	2026/11/28 (土)	13:00～16:00	1回	小学生のためのプログラミング講座です。小学校のプログラミング教育に関連した学校外での学習機会です。	10名	北海道情報大学 校舎棟 1号館2階 204教室 江別市西野幌59番2	2026/11/02 (月)から2026/11/13 (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
196	電子音楽演習 ～コンピュータで音楽を作ろう！～	2026/12/05 (土)	13:00～17:00	1回	DAWソフトウェアの基礎とツールの使い方、音楽の基礎知識を学習します。	15名	北海道情報大学 松尾記念館1階 実習室3 江別市西野幌59番2	2026/11/09 (月)から2026/11/20 (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	3,000円	北海道情報大学	011-385-4427 011-384-0134 hiukouza@do-johodai.ac.jp
197	もりの講演会「木製戦闘機キ106」	2026/12/05 (土)	13:30～15:30	1回	太平洋戦争末期、江別の工場で木製戦闘機が作られた経緯や動員された人々などについてお話しします。	先着40名	野幌森林公園 自然ふれあい交流館 江別市西野幌685-1	2026/11/06 (金)から2026/12/04 (金)	電話で、その他：受付時間：9:30～16:30（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
198	札幌遠友リビングラボ建設・運営支援 「連続講座」(6)	2026/12/08 (火)	13:30～15:30 開場13:00	1回	「AI時代に、人はどう豊かに生きるかー技術の進化を、人の可能性へつなげるためにー」	40名	愛生館サロン 札幌市中央区南1条西5丁目8番地		直接会場で	1,000円 (道民カレッジ生・学生)	一般社団法人 新渡戸遠友リビングラボ	011-577-1441 011-241-1150 info@nitobe-enyu.org
199	教養としての複利と金利ーアメリカの国債が教えてくれること	2026/12/12 (土)	10:00～12:00	1回	複利の基本的な考え方から出発し、日々の暮らしに役立つ「お金の見方」を身につけます	なし	函館大学 函館市高丘町51-1	2026/06/01 (月)から2026/12/12 (土)	電話で、Eメールで	無料	函館大学	0138-57-1181 0138-57-10298 soumu@hakodate-u.ac.jp