# 講座情報冊子 2026年11月～12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

# 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１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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | **令和8年度第1回インターネット講座** | 配信中 | | 1回 | 千歳空港100年物語～スピリット・オブ・チトセ～ | | ※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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 2 | **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～** | 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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 3 | **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** | 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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 4 | **令和7年度第3回インターネット講座　共生社会の学び** | 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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 5 | **令和6年度第1回インターネット講座** | 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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 6 | **令和6年度第２回インターネット講座** | 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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 7 | **歯科衛生士・歯科技工士の仕事って？** | 2026/04/01 (水)～2027/03/31 (水)<br>平日のみ（随時相談 | 10:30～17:00<br>1時間程度（要相談）<br>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<br>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<br>011-511-1902<br>sds-info@dnet.or.jp |
| 8 | **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<br>北広島市中の沢149 | 2026/06/25 (木)から2026/07/14 (火)<br>定員次第締切 | FAXで、HPで、<br>その他：<br>https://forms.office.com/r/WTx6E0EtjD | 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<br>011-372-8045<br>syougai-gakusyu@seisa.dohto.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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | **北海道医療大学公開講座　がんを知る・がんと生きる** | 2026/09/14 (月)から2027/02/15 (月)<br>9月14日、10月26日、11月16日、2月15日 | 10:30～12:00 | 全4回 | 「がんを知る・がんを生きる」をテーマに、様々な視点から各分野の専門家が講演を行います。 | 40名 | 北海道医療大学札幌サテライトキャンパス<br>札幌市中央区北4条西5丁目 | | 電話で、その他：Googleフォーム（https://forms.gle/aFWmBMpkCB8LgHoS7） | 500円（お茶付） | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 10 | **大人のための『BUNKAアシストカレッジ』** | 2026/10/01 (木)から2027/03/31 (水)<br>随時、水曜日～金曜日 ※曜日自由選択（予約制） | 10:00～16:00<br>①午前10時00分から午後12時00分まで<br>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。<br>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<br>札幌市豊平区豊平4条8丁目1-7 | 開始日：2026/04/01 (水)<br>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 ※生地など必要教材個人負担 | 北海道文化服装専門学校 | 011-811-0101<br>011-811-0105 |
| 11 | **就職のためのパソコン講座「Excel」８回コース** | 2026/10/02 (金)から2026/11/20 (金) | 18:30～20:00 | 8回 | 就職を目指す人が、パソコン技術（エクセル）をじっくりと身につけるための少人数制の講座です。 | 求職者8名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/09/03 (木) | 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<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 12 | **北海道医療大学公開講座<br>ちょっと役立つ看護の知恵** | 2026/10/17 (土)から2026/12/26 (土)<br>10月14日、24日、31日、11月21日、28日、12月26日 | 13:00～15:00 | 全6回 | 各分野の専門看護師が講師となり、多様なテーマについて講演します。 | 50名 | 北海道医療大学札幌サテライトキャンパス<br>札幌市中央区北4条西5丁目 | | 電話で、その他：Googleフォーム（https://forms.gle/R4aUbXN1tkFBth2WA） | 500円（お茶付） | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 13 | **北海道医療大学　健診を受けましょう～あなたの健康を守る早期発見シリーズ～** | 2026/10/19 (月)から2026/11/30 (月) | 13:00～15:15<br>途中15分休憩あり | | 【健診を受けましょう～あなたの健康を守る早期発見シリーズ～】と題した講演です。 | 各回50名 | 北海道医療大学札幌サテライトキャンパス<br>札幌市中央区北4条西5丁目 | | 電話で、その他：Googleフォーム（https://forms.gle/BH9yWCmnCx9wWBkh6） | 500円（お茶付） | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 14 | **帯広市民大学講座　第34集<br>【ちくだい教養人間講座】大学教育は女子学生にひらかれているか～《虎に翼》の時代から現代へ～** | 2026/11/03 (火) | 13:30～16:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第34集<br>【ちくだい教養人間講座】大学教育は女子学生にひらかれているか | 先着100名 | とかちプラザ２階 視聴覚室<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 15 | **北海道史を学ぶ会　日本降伏をめぐる米ソの暗闘（５回）** | 2026/11/04 (水) | 13:30～15:30 | 全5回 | 解決策が見いだせない北方領土問題 | 30名 | かでる2・7ビル　750会議室<br>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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 16 | **第38回労文協リレー講座（全6回）3回目　アンパンマンと戦争―やなせたかしの生涯** | 2026/11/04 (水) | 18:00～20:00 | 1回 | アンパンマンには、やなせたかしの戦争体験がちりばめられており、大人にこそ伝えたいメッセージを読み解く | なし | 北海道自治労会館及びオンライン講座（同時開催）<br>札幌市北区北6条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場で、その他：オンライン受講申し込みは https://roubunkyou.jp | 6回券3,000円　当日700円 | 一般社団法人北海道労働文化協会 | 011-261-0020<br>011-261-0021<br>roubunkyou@ace.ocn.ne.jp |
| 17 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/04 (水) | 13:30 | 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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 18 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/04 (水) | 14:00 | 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 | 札幌市東区民センター　3階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 19 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/04 (水) | 15:00 | 1回 | ヒートショックを予防しよう～冬の風呂場は危険！～ | あり | 札幌市東区民センター　3階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 20 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/05 (木) | 13:30<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 21 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/05 (木) | 14:00<br>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 | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 22 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/05 (木) | 15:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | ジェネリック医薬品 | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 23 | **第30回東京大学文学部公開講座【常呂高校特別講座】** | 2026/11/06 (金) | 13:30～14:40 | 1回 | 古くて新しい古代ローマ | 50名 | 常呂高等学校　体育館<br>北見市常呂町字常呂574番地2番地 | | 直接会場で | 無料 | 北見市教育委員会社会教育部 | 0152-54-3233<br>0152-54-3991<br>tokyoiku.gakushu@city.kitami.lg.jp |
| 24 | **第30回東京大学文学部公開講座【常呂公開講座】** | 2026/11/06 (金) | 18:00～20:30 | 1回 | ①「蔦屋重三郎と江戸の出版文化」<br>②「言語と環境」 | 100名 | 北見市常呂町公民館　１階大ホール<br>北見市常呂町字土佐２番地 | | 直接会場で | 無料 | 北見市教育委員会社会教育部 | 0152-54-3233<br>0152-54-3991<br>tokyoiku.gakushu@city.kitami.lg.jp |
| 25 | **「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<br>江別市西野幌685-1 | 2026/10/07(水)から<br>2026/11/06(金)定員締切 | 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<br>011-386-3238<br>mail@domaibun.or.jp |
| 26 | **健康力アップ！　男性のヘルシー料理教室** | 2026/11/07 (土) | 11:30～13:30 | 1回 | 実際に作りながら、美味しいヘルシーメニューや、日々の健康管理に役立つ栄養の知識を身につけましょう。 | 男性12名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：<br>2026/10/10(土) | 電話で、HPで、直接会場で | 材料費<br>1,600円 | 函館市女性センター | 0138-23-4188<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 27 | **2026年度札幌大学ロシア文化センター講演会「札幌大学におけるロシア語教育の伝統」** | 2026/11/07 (土) | 10:30～12:00<br>開場10:00 | 1回 | 札幌大学におけるロシア語教育の歩みを振り返る【講師：ウラジーミル・ジダーノフ札幌大学名誉教授】 | なし | 札幌大学<br>札幌市豊平区西岡3条7丁目3-1 | | 電話で、Eメールで、直接会場で、申込フォーム<br>https://forms.gle/yQrRXVrhENuY1bwV9 | 無料 | 札幌大学 | 011-852-9168<br><br>gakumu@ofc.sapporo-u.ac.jp |
| 28 | **帯広市民大学講座　第35集<br>帯広空襲と人々の暮らし** | 2026/11/07 (土) | 14:00～15:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第35集<br>帯広空襲と人々の暮らし | 先着50名 | とかちプラザ４階 講習室402<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 29 | **『ワンコイン国試 苦手科目克服セミナー』 精神保健福祉士専門科目** | 2026/11/08 (日) | 09:30～17:30 | 全1回 | 出題分析を基に、頻出箇所の説明や過去問の解き方を行い、解く力を身に付け合格を意識した学習方法を提案。 | 50名 | 星槎道都大学<br>北広島市中の沢149番地 | 2026/08/03(月)から<br>2026/11/05(木)定員まで | 電話で、FAXで、HPで | 無料（資料代500円） | 星槎道都大学 | 011-372-3111<br>011-372-2580 |
| 30 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/09 (月) | 13:30<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 31 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/09 (月) | 14:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 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 | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 32 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/09 (月) | 15:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | 息切れ・むくみは年のせい？～心臓からSOSに気づこう～ | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 33 | **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<br>開場13:00 | 1回 | 「ゲーテ的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テ的視点の重要性を示す～ | 40名 | 愛生舘サロン<br>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<br>011-241-1150<br>info@nitobe-enyu.org |
| 34 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/10 (火) | 14:00<br>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 | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 35 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/10 (火) | 14:30<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | 肺炎と感染症検査　～検査の知っておきたい話～ | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 36 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/10 (火) | 15:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 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 | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 37 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/11 (水) | 14:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | 急病への備え | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 38 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/11 (水) | 15:00<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 39 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/12 (木) | 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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 40 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/12 (木) | 14:00 | 1回 | 私の波形は正常？　～心電図でわかる心疾患～ | あり | 札幌市北区民センター　2階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 41 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/12 (木) | 15:00 | 1回 | 大腸内視鏡をしませんか？<br>～大腸検査をすすめる理由～ | あり | 札幌市北区民センター　2階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 42 | **当別町　北海道医療大学　連携講座** | 2026/11/13 (金) | 10:00～12:00 | 1回 | 「工夫されたスポーツを知る～アダプテッド・スポーツ、パラスポーツ～」と題した講演です。 | 40名 | 当別町総合保健福祉センター（ゆとろ）<br>当別町西町32-2 | | 電話で、その他：Googleフォーム（https://forms.gle/8UwEiih9RLRnShke8） | 無料 | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>0133-22-1835<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 43 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/13 (金) | 13:30 | 1回 | 🎥皮膚がんのお話し　～それってほんとにほくろですか？～ | あり | 札幌市豊平区民センター2階視聴覚室<br>札幌市豊平区平岸6条10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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 44 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/13 (金) | 14:00 | 1回 | 脳ドックを受けよう　～MRI画像でわかる脳卒中～ | あり | 札幌市豊平区民センター2階視聴覚室<br>札幌市豊平区平岸6条10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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 45 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/13 (金) | 15:00 | 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 | 札幌市豊平区民センター2階視聴覚室<br>札幌市豊平区平岸6条10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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 46 | **こども考古学教室　親子ガラス玉つくり教室** | 2026/11/14 (土) | 13:30～15:30 | 1回 | ガスバーナーを使ったガラス玉つ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<br>江別市西野幌685-1 | 2026/10/14 (水)から<br>2026/11/13 (金)定員締切 | 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<br>011-386-3238<br>mail@domaibun.or.jp |
| 47 | **北海道立図書館書庫ツアー** | 2026/11/14 (土) | 14:00～16:00<br>受付開始<br>13:30 | 1回 | 普段は入れない書庫を図書館司書がご案内します。 | 20名 | 北海道立図書館<br>江別市文京台東町41 | 2026/11/14 (土)<br>※定員次第 | 電話で、FAXで、Eメールで、その他：来館して申込 | 無料 | 北海道立図書館 | 011-386-8521<br>011-386-6906<br>do_kouza@library.pref.hokkaido.jp |
| 48 | **「反うわさ戦略」セミナー・ワークショップ in 札幌** | 2026/11/14 (土) | 13:00～16:00 | 1回 | 在留外国人に関する「うわさ」が、深刻な分断につながる前に北海道でできることをともに考えます。 | 90名 | 赤れんがホール<br>札幌市中央区北三条西6-1<br>2階 | 開始日：<br>2026/10/19 (月)<br>先着順 | その他：チラシに記載の申し込みフォームより | 無料 | 特定非営利活動法人SHAKE★HOKKAIDO | 011-706-8010<br>mihirata@oia.hokudai.ac.jp |
| 49 | **帯広市民大学講座　第36集　帯広の子どもたちの未来、一緒に考えよう！～教育長と語る 学校の過去・現在・未来～** | 2026/11/14 (土) | 14:00～15:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第36集<br>帯広の子どもたちの未来、一緒に考えよう！ | 先着30名 | とかちプラザ３階　和室301・302<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 50 | **シニア勉強会「情報漏洩時代の考え方」～今できること～** | 2026/11/16 (月) | 10:00～11:30<br>15分延長可能性あります。 | 1回 | 情報漏洩のニュースが頻発しています。私たちが今できることを学びます | 40名 | 札幌市民ホール（カナモトホール）第2会議室<br>札幌市中央区北1条西1丁目 | 2026/10/19 (月)から<br>2026/11/14 (土) | 電話で、Eメールで、HPで | 1,000円（当日会場にて頂戴いたします） | 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<br>souzoku.s@warm-heart.biz |
| 51 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/16 (月) | 13:30<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 52 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/16 (月) | 14:00<br>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<br>～前立腺がんについて～ | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 53 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/16 (月) | 15:00<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 54 | **アンガーマネジメント講座（初心者編）** | 2026/11/17 (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<br>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<br>011-207-6541<br>nlp@cb-school.com |
| 55 | **第34回労文協リレー講座（全6回）4回目　ミニシアターの歴史と展望、映画文化の記憶を拓く** | 2026/11/17 (火) | 18:00～20:00 | 1回 | 映画１３０年の歴史を振り返ると共に、ミニシアターの役割、積み重ねてきた意義、展望を考えます。 | なし | 北海道自治労会館及びオンライン講座（Zoom開催）<br>札幌市北区北6条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場で、オンライン受講申込は、https://roubunkyou.jp | 6回券3,000円　当日700円 | 一般社団法人北海道労働文化協会 | 011-261-0020<br>011-261-0021<br>roubunkyou@ace.ocn.ne.jp |
| 56 | **帯広市民大学講座　第37集<br>【消費者講座】もっと知ろう十勝の食材～プロから学ぶ、環境にやさしい選び方とSDGs～** | 2026/11/17 (火) | 10:00～11:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第37集<br>【消費者講座】もっと知ろう十勝の食材 | 先着70名 | とかちプラザ２階 視聴覚室<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 57 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/17 (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 | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 58 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/17 (火) | 14:00 | 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 | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 59 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/17 (火) | 15:00 | 1回 | 肝炎検査のキホン　～血液でみる肝炎検査～ | あり | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 60 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/18 (水) | 14:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | 手術とお薬の関係　～安全に手術を受けるために～ | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 61 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/18 (水) | 15:00<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 62 | **牛乳・乳製品セミナー「乳製品で世界旅行　インド編」** | 2026/11/19 (木) | 13:30～15:30 | 1回 | 世界一の牛乳生産国であるインド。風味豊かなスパイスにコクのある乳製品を組合わせた料理実習 | 36名 | 札幌エルプラザ２階　食材研究室<br>札幌市北区北８条西３丁目 | 開始日：2026/10/20 (火)<br>受付開始日9：00～より受付、先着順、定員次第 | 電話で、Eメールで | 無料 | 公益社団法人札幌消費者協会 | 011-728-8300<br>011-728-8301<br>koza@sapporo-shohisha.or.jp |
| 63 | **北の歴史塾　「ジョン・バチェラー（アイヌ救済の父）、高橋房次（地域医療）」** | 2026/11/19 (木) | 13:30～15:30 | 全1回 | 「ジョン・バチェラー（アイヌ救済の父）、高橋房次（地域医療）」 | 63名 | かでる2・7ビル　教室７階７３０号室<br>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<br>森山　祐吾 | 080-1886-1512 |
| 64 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/19 (木) | 13:30 | 1回 | 📽他人事じゃない？！　～帯状疱疹について～ | あり | 札幌市北区民センター　2階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 65 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/19 (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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 66 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/19 (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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 67 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/20 (金) | 14:00 | 1回 | 「睡眠の大切さ」 | あり | 札幌もいわ徳洲会病院　リハビリ室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 68 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/20 (金) | 14:30 | 1回 | がんとタバコと男と女 | あり | 札幌もいわ徳洲会病院　リハビリ室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 69 | **放送大学北海道学習センター（旭川開催）学びの架け橋プロジェクト「きっかけセッション」** | 2026/11/21 (土) | 13:00～15:00 | 1回 | 講演会「AIで生活・仕事をもっと楽に！」 | 20名 | 放送大学旭川サテライトスペース・講堂<br>旭川市常磐公園 | 2026/10/10 (土)から 2026/11/20 (金) | 電話で、Eメールで、その他：Googleフォームで | 無料 | 放送大学旭川サテライトスペース　ノース ブリッジ プロジェクト・アーチ（学生団体） | 070-2620-2084<br>bridgethehokkaido@gmail.com |
| 70 | **放送大学北海道学習センター（旭川開催）学びの架け橋プロジェクト「きっかけセッション」** | 2026/11/21 (土) | 10:00～12:00 | 1回 | 映画会「ブータン山の教室」 | 30名 | 放送大学旭川サテライトスペース・講堂<br>旭川市常磐公園 | 2026/10/10 (土)から 2026/11/20 (金) | 電話で、Eメールで、その他：Googleフォームで | 無料 | 放送大学旭川サテライトスペース　ノース ブリッジ プロジェクト・アーチ（学生団体） | 070-2620-2084<br>bridgethehokkaido@gmail.com |
| 71 | **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<br>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<br>011-384-0134<br>hiukouza@do-johodai.ac.jp |
| 72 | **大切な人のために、今できること　家族のための終活講座** | 2026/11/21 (土) | 13:30～15:30 | 1回 | 大切な人を見送る際の「後悔を減らすための心構え」と知っておくべき知識を分かりやすく学びましょう。 | 28名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/10/24 (土) | 電話で、HPで、直接会場で | 教材費 500円 | 函館市女性センター | 0138-23-4188<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 73 | **帯広市民大学講座　第38集【放送大学アカデミック・カフェ2026 in 帯広】ホタルの光とその応用** | 2026/11/21 (土) | 13:00～14:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第38集【放送大学アカデミック・カフェ 2026 in 帯広】ホタルの光とその応用 | 先着50名 | とかちプラザ４階 講習室402<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 74 | **放送大学北海道学習センター（美深開催）学びの架け橋プロジェクト「きっかけセッション」** | 2026/11/22 (日) | 13:00～15:00 | 1回 | 講演会「AIで生活・仕事をもっと楽に！」 | 20名 | 美深町文化会館COM100・視聴覚室（1階）<br>美深町西町22 | 2026/10/10 (土)から 2026/11/21 (土) | 電話で、Eメールで、その他：Googleフォームで | 無料 | 放送大学旭川サテライトスペース　ノース ブリッジ プロジェクト・アーチ（学生団体） | 070-2620-2084<br>bridgethehokkaido@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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 75 | **放送大学北海道学習センター（美深開催）<br>学びの架け橋プロジェクト「きっかけセッション」** | 2026/11/22 (日) | 10:00～12:00 | 1回 | 映画会「ブータン山の教室」 | 30名 | 美深町文化会館COM100・視聴覚室（1階）<br>美深町西町22 | 2026/10/10 (土)から<br>2026/11/21 (土) | 電話で、Eメールで、その他：Googleフォームで | 無料 | 放送大学旭川サテライトスペース　ノース ブリッジ プロジェクト・アーチ（学生団体） | 070-2620-2084<br><br>bridgethehokkaido@gmail.com |
| 76 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/24 (火) | 13:30<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 77 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/24 (火) | 14:00<br>開始15分前より、１階ロビーにてご案内します。 | 1回 | 家族を守る冬の入浴講座　～高齢者に多い入浴中の事故とヒートショック対策～ | あり | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 78 | **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<br>札幌市中央区北３条西７丁目 | 2026/10/26 (月)から<br>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<br>011-384-0134<br>hiukouza@do-johodai.ac.jp |
| 79 | **令8年度「ほっかいどう学」かでる講座　第5回** | 2026/11/25 (水) | 13:30～15:30<br>受付13:15～ | | 「円山動物園のヒミツって！」　講師：札幌市円山動物園　動物園職員 | | 道民活動センター（かでる2・7）8階820研修室<br>札幌市中央区北2条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、その他：郵送 | 1回500円（賛助会員400円（割引券をお持ちください）） | 公益財団法人北海道生涯学習協会 | 011-204-5780<br>011-281-6664<br>kyokai@hsgk.jp |
| 80 | **帯広市民大学講座　第39集　晩成社の歴史を物語る“史料”とその現在** | 2026/11/25 (水) | 14:30～16:00 | 1回 | 帯広市民大学講座　第39集　晩成社の歴史を物語る“史料”とその現在 | 先着70名 | とかちプラザ２階 視聴覚室<br>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<br>0155-23-6142<br>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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 81 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/25 (水) | 14:20<br>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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 82 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/25 (水) | 15:00<br>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 | 札幌東徳洲会病院　センターホール<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 83 | **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<br>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<br>011-281-6664<br>college@manabi.pref.hokkaido.jp |
| 84 | **帯広市民大学講座　第40集<br>【帯広市防犯セミナー】現役警察官が教える！身近な犯罪の最新手口と対策** | 2026/11/26 (木) | 14:00～15:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第40集<br>【帯広市防犯セミナー】現役警察官が教える！身近な犯罪の最新手口と対策 | 先着50名 | とかちプラザ４階 講習室402<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 85 | **当別町　北海道医療大学　連携講座** | 2026/11/27 (金) | 10:00～12:00 | 1回 | 「運動で体も頭も元気にしよう」と題した講演です。 | 40名 | 当別町白樺コミュニティセンター<br>当別町白樺町2792番地1 | | 電話で、その他：Googleフォーム（https://forms.gle/8UwEiih9RLRnShke8） | 無料 | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>0133-22-1835<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 86 | **帯広市民大学講座　第41集<br>【男女共同参画講座】離婚後の共同親権と養育監護の基礎知識～新しい制度下でのDVと離婚～** | 2026/11/27 (金) | 13:30～15:00 | 1回 | 帯広市民大学講座　第41集<br>【男女共同参画講座】離婚後の共同親権と養育監護の基礎知識 | 先着40名 | ソネビル６階　講習会室<br>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<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 87 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/27 (金) | 13:30 | 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 | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 88 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/27 (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 | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 89 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/27 (金) | 15:00 | 1回 | 心不全の病態と予防について | あり | 札幌市白石区民センター5階集会室E<br>札幌市白石区南郷通1丁目南8-1 | | 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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 90 | **認定絵本士の可能性　絵本で広がる地域のつながり** | 2026/11/28 (土) | 13:30～15:00 | 1回 | 認定絵本士養成講義において、学生が学び成長した様子と、認定絵本士の今後の可能性についてお伝えします。 | 先着40名 | 北翔大学<br>江別市文京台23番地 | 2026/10/01 (木)から<br>2026/11/24 (火) | その他：フォームより申込してください<br>https://x.gd/lV5OE | 無料 | 北翔大学 | 011-387-3939<br>011-387-3746<br>hokushokouza@hokusho-u.ac.jp |
| 91 | **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<br>江別市西野幌59番2 | 2026/11/02 (月)から<br>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<br>011-384-0134<br>hiukouza@do-johodai.ac.jp |
| 92 | **大人の３次元プリンター体験教室** | 2026/11/29 (日)<br>午前の部10：30～12：30 ／ 午後の部14：00～16：00 （午前・午後のいずれかを選択してお申し込みください）） | 10:30～16:00<br>午前の部10：30～12：30 ／ 午後の部14：00～16：00 （午前・午後のいずれかを選択してお申し込みください）） | 2回 | 大人向けに３次元CADと３Ｄプリンター操作を体験できるものづくり講座。 | 10名 | 室蘭工業大学<br>室蘭市水元町27番1号 | 2026/11/02 (月)から<br>2026/11/10 (火)<br>申込期間はホームページでご確認下さい。（https://u.muroran-it.ac.jp/robot_arena/） | HPで、その他：申込方法はホームページでご確認下さい。（https://u.muroran-it.ac.jp/robot_arena/） | 1,000円 | 室蘭工業大学 | 0143-46-5016<br>0143-46-5031<br>chiiki@muroran-it.ac.jp |
| 93 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/30 (月) | 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 | 札幌市東区民センター　3階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 94 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/30 (月) | 14:00 | 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 | 札幌市東区民センター　3階講義室<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |

| 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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 95 | **札幌東徳州会病院医療公開講座（11月）** | 2026/11/30 (月) | 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<br>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<br>011-722-5116<br>kouhou@higashi-tokushukai.or.lp |
| 96 | **アンガーマネジメント講座（初心者編）** | 2026/12/01 (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<br>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<br>011-207-6541<br>nlp@cb-school.com |
| 97 | **第７回くらしのセミナー「物価高騰による消費行動 ～経済学の観点から考える～ 」** | 2026/12/02 (水) | 13:00～15:00 | 1回 | 物価高が長期化する中、この状況にどう向き合い備えたらよいか、経済学の視点を交えながら考えます。 | 会場60名、オンライン100名 | 北海道立消費生活センター<br>札幌市中央区北3条西7丁目 | 2026/11/05 (木)から<br>2026/11/27 (金)<br>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<br>011-221-4210<br>keihatsu@do-syouhi-c.jp |
| 98 | **第38回労文協リレー講座（全6回）5回目　国内の石油産業史と産業遺産の現状保存課題ー石狩、北陸油田ー** | 2026/12/02 (水) | 18:00～20:00 | 1回 | 今日重要の石油資源価値に関し、明治以来の国内生産史、石狩油田他の遺構実態から生産技術の本質で考えます | なし | 北海道自治労会館及びオンライン講座（Zoom開催）<br>札幌市北区北6条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場で、その他：オンライン受講申し込みの方は、https://roubunkyou.jp | 6回券3,000円　当日700円 | 一般社団法人北海道労働文化協会 | 011-261-0020<br>011-261-0021<br>roubunkyou@ace.ocn.ne.jp |
| 99 | **第38回労文協リレー講座（全6回）5回目　国内の石油産業史と産業遺産の現状保存課題ー石狩、北陸油田ー** | 2026/12/02 (水) | 18:00～20:00 | 1回 | 今日重要の石油資源価値に関し、明治以来の国内生産史、石狩油田他の遺構実態から生産技術の本質で考えます | なし | 北海道自治労会館及びオンライン講座（Zoom開催）<br>札幌市北区北6条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場で、その他：オンライン受講申し込みの方は、https://roubunkyou.jp | 6回券3,000円　当日700円 | 一般社団法人北海道労働文化協会 | 011-261-0020<br>011-261-0021<br>roubunkyou@ace.ocn.ne.jp |
| 100 | **カラダと暮らしを整える　健康エクササイズ教室** | 2026/12/03 (木) | 13:30～15:00 | 1回 | 正しい体の使い方を学び、転倒リスク軽減や日常生活の安全性を高めるための意識と筋力を養いましょう。 | 16名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/11/05 (木) | 電話で、HPで、直接会場で | 無料 | 函館市女性センター | 0138-23-4188<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 101 | **帯広市民大学講座　第42集【帯広大谷短期大学連携】助産師という仕事を知っていますか？～女性と家族に寄り添う仕事、その魅力と役割～** | 2026/12/03 (木) | 10:00～11:30 | 1回 | 帯広市民大学講座　第42集【帯広大谷短期大学連携】助産師という仕事を知っていますか？ | 先着20名 | 帯広大谷短期大学 講義室<br>音更町希望が丘３番地３ | | 電話で、HPで | 無料 | 帯広市教育委員会 | 0155-65-4192<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 102 | **帯広市民大学講座　第43集　仕事に役立つ生成AI入門～書く・考える・整理する、実践の2回講座～** | 2026/12/04 (金)から2026/12/18(金)①12/４(金)②12/18(金) | 18:15～19:45 | 2回 | 帯広市民大学講座　第43集<br>仕事に役立つ生成AI入門～書く・考える・整理する、実践の2回講座～ | 先着25名 | とかちプラザ3階 会議室304<br>帯広市西4条南13丁目1番地 | | 電話で、HPで | 500円（２回合わせて） | 帯広市教育委員会 | 0155-65-4192<br>0155-23-6142<br>social_educate@city.obihiro.hokkaido.jp |
| 103 | **文学の道しるべ第２回** | 2026/12/05 (土) | 14:00～15:30 | 1回 | 村上春樹の軌跡－『風の歌を聴け』から『夏帆』まで－ | 30名 | 函館市文学館<br>函館市末広町22番5号 | 2026/11/01(日)から2026/12/05(土) | 電話で、FAXで、Eメールで | ５００円（ざいだん友の会会員４００円） | 函館市文学館 | 0138-22-9014<br>0138-22-9065<br>bungakukan@zaidan-hakodate.com |
| 104 | **カイギュウ・クジラ化石の産出と札幌1500万年史** | 2026/12/05 (土) | 13:30～15:30 | 1回 | カイギュウ化石やクジラ化石の発掘状況と共に、1500万年前から現在までの札幌市の歴史を紹介する。 | 50名 | 北海道立道民活動センター1070会議室<br>札幌市中央区北2条西7丁目 | 2026/11/05(木)から2026/12/03(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<br>office@hrcg.jp |
| 105 | **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<br>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<br>011-384-0134<br>hiukouza@do-johodai.ac.jp |
| 106 | **フランスの家庭料理を食卓に<br>野菜たっぷりポトフを作ろう！** | 2026/12/05 (土) | 11:30～13:30 | 1回 | ポトフ作りを通じて異国の食文化に触れ、フランス料理の基本を学び日常に新しい発見と彩りを与えましょう。 | 18名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/11/07(土) | 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<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 107 | **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ます。 | 先着40名 | 野幌森林公園　自然ふれあい交流館<br>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<br>011-388-7058<br>nfpvc@kaitaku.or.jp |
| 108 | **講演会「歌川広重の風景画の秘密 －空間表現への飽くなき挑戦－」** | 2026/12/06 (日) | 10:30～12:00 | 1回 | 「大広重展」関連事業。浮世絵の専門家をお招きし、歌川広重の風景画についてお話しいただきます。 | 80席 | 北海道立帯広美術館 講堂<br>帯広市緑ヶ丘2 | | 直接会場で | 無料 | 北海道立帯広美術館 | 0155-22-6963<br>0155-22-4233<br>oibi.11@pref.hokkaido.lg.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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 109 | **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<br>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 | 愛生舘サロン<br>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<br>011-241-1150<br>info@nitobe-enyu.org |
| 110 | **アンガーマネジメント講座（怒りのタイプ診断編）** | 2026/12/08 (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<br>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<br>011-207-6541<br>nlp@cb-school.com |
| 111 | **乳製品セミナー「酪農家をもっと知ろう！」** | 2026/12/09 (水) | 13:30～15:30 | 1回 | 酪農家とオンラインでつなぎ、牧場の１日や酪農家の現状を聞いて、対話しましょう。料理のデモと試食あり | 36名 | 札幌エルプラザ２階　食材研究室<br>札幌市北区北８条西３丁目 | 開始日：2026/10/20(火)<br>受付開始日9：00～より受付、先着順、定員になり次第締切 | 電話で、Eメールで | 無料 | 公益社団法人札幌消費者協会 | 011-728-8300<br>011-728-8301<br>koza@sapporo-shohisha.or.jp |
| 112 | **教養としての複利と金利―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<br>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<br>0138-57-10298<br>soumu@hakodate-u.ac.jp |
| 113 | **第60回農業セミナー「コメの未来と、地域を支える教育」** | 2026/12/12 (土) | 10:30～17:00 | 1回 | コメの課題と新たな取り組み、地域の教育をともに考える | 200名 | 拓殖大学北海道短期大学<br>深川市メム4558 | 2026/10/22(木)から2026/11/20(金) | FAXで、HPで、https://docs.google.com/forms/d/1Rp0lBFhpkRDj73JHIah3Ij7WzJ45-R1GsTUPlqOiTgU/edit | 無料 | 拓殖大学北海道短期大学 | 0164-23-4111<br>0164-23-4411<br>futatsuki@takushoku-hc.ac.jp |
| 114 | **２０２６年度札幌学院大学総合研究所シンポジウム** | 2026/12/12 (土) | 13:00～17:30 | 全1回 | シンポジウム「草原の帝国：ユーラシア遊牧世界の国家史」 | 100名 | 札幌学院大学　新札幌キャンパス<br>札幌市厚別区厚別中央１条５丁目１－１ | 2026/10/29(木)から2026/11/25(水) | HPで、その他：申込フォームから（https://sgu.tayori.com/form/530aaed1b9cf97d6412d2d75b264792321b8408f）※お電話での申込みはできません | 無料 | 札幌学院大学社会連携センター | 011-386-8111<br>kenkyu@ims.sgu.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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 115 | **第３8回労文協リレー講座（全6回）6回目　新宿中村屋に集う群像** | 2026/12/15 (火) | 18:00～20:00 | 1回 | 新宿中村屋には「芸術を愛し権力を嫌い自由を求めた人々」が多く集った。このザロン創造の背景と物語を語る | なし | 北海道自治労会館及びオンライン講座（同時開催）札幌市北区北6条西7丁目 | | 電話で、FAXで、Eメールで、HPで、はがきで、直接会場で、その他 | 6回券3,000円　当日700円 | 一般社団法人北海道労働文化協会 | 011-261-0020<br>011-261-0021<br>roubunkyou@ace.ocn.ne.jp |
| 116 | **シニア勉強会「気象のお話と防災」** | 2026/12/17 (木) | 10:00～11:30 | 1回 | シニア世代が知っておきたい気象とそれに伴う防災のお話 | 50名 | 札幌市民ホール（カナモトホール）第2会議室<br>札幌市中央区北1条西1丁目 | 2026/10/05 (月)から 2026/12/16 (水) | 電話で、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<br>souzoku.s@warm-heart.biz |
| 117 | **北の歴史塾　「アイヌ人北風磯吉（日露戦争で殊勲）」** | 2026/12/17 (木) | 13:30～15:30 | 全1回 | 「アイヌ人北風磯吉（日露戦争で殊勲）」 | 63名 | かでる2・7ビル　教室７階７３０号室<br>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<br>森山　祐吾 | 080-1886-1512 |
| 118 | **知ろう・話そう・考えよう！トランスジェンダーのこと** | 2026/12/18 (金) | 18:30～20:00 | 1回 | 当事者の悩みや社会的課題を知り、理解を深めることで、誰もが安心して暮らせる社会を一緒に考えましょう。 | 24名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/11/20 (金) | 電話で、HPで、直接会場で | 無料 | 函館市女性センター | 0138-23-4188<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 119 | **講演会・摺り実演** | 2026/12/20 (日) | 10:30～12:00 | 1回 | 「大広重展」関連事業。木版画や広重についての講話後、江戸木版画摺り職人による摺りの実演を行います。 | 80席 | 北海道立帯広美術館 講堂<br>帯広市緑ヶ丘2 | | 直接会場で | | 北海道立帯広美術館 | 0155-22-6963<br>0155-22-4233<br>oibi.11@pref.hokkaido.lg.jp |
| 120 | **不登校・引きこもりの臨床心理学** | 2026/12/21 (月)から2027/01/18 (月) | | 2回 | 不登校とひきこもりの理解を通して自己理解と他者理解を深め、対人関係やメンタルヘルスの向上を学びます。 | 50名 | 北海道教育大学札幌校<br>札幌市北区あいの里5条3丁目1-3 | 2026/08/28 (金)から 2026/11/30 (月) | HPで | 2000円 | 北海道教育大学 | 011-778-0891<br>crc@j.hokkyodai.ac.jp |
| 121 | **歌でいきいき、楽しい時間を歌楽ひろば** | 2026/12/22 (火) | 14:00～15:00 | 1回 | ピアノの生演奏に合わせて季節の唱歌や懐かしい曲を歌い、いきいきと楽しいひと時を過ごしましょう。 | 36名 | 函館市女性センター<br>函館市東川町11-12 | 開始日：2026/11/24 (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<br>0138-23-4189<br>info@hakodate-josen.com |
| 122 | **こども考古学教室　まいぶん遺跡探検隊（第3次）** | 2027/01/09 (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<br>江別市西野幌685-1 | 2026/12/09 (水)から 2027/01/08 (金) 定員締切 | 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<br>011-386-3238<br>mail@domaibun.or.jp |
| 123 | **札幌遠友リビングラボ建設・運営支援　「連続講座」（７）** | 2027/01/12 (火) | 13:30～15:30<br>開場13:00 | 1回 | 「閉校後の遠友夜学校精神の市民による発展的継承の歩み」～「記念室」、顕彰碑建立、百年記念、そして今～ | 40名 | 愛生舘サロン<br>札幌市中央区南1条西5丁目8番地 | | 直接会場で | 1,000円<br>道民カレッジ生・学生500円 | 一般社団法人新渡戸遠友リビングラボ | 011-577-1441<br>011-241-1150<br>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 | TEL/FAX/ﾒｰﾙ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 124 | **アンガーマネジメント講座（初心者編）** | 2027/01/12 (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<br>札幌市中央区北5条西5-7 | | 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<br>011-207-6541<br>nlp@cb-school.com |
| 125 | **こども考古学教室　まいぶん遺跡探検隊（第4次）** | 2027/01/16 (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<br>江別市西野幌685-1 | 2026/12/16 (水)から 2027/01/15 (金)定員締切 | 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<br>011-386-3238<br>mail@domaibun.or.jp |
| 126 | **北海道医療大学公開講座　「看護」の賢い活用術** | 2027/01/16 (土) | 14:00～16:00 | | 元気な時から活用しよう地域の「看護」の力～訪問看護と「くらしの保健室」の使い方～と題した講演です。 | 50名 | 北海道医療大学札幌サテライトキャンパス<br>札幌市中央区北4条西5丁目 | | 電話で、Google フォーム（https://forms.gle/qDHmZbq1L1nggi7EA） | 500円（お茶付） | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 127 | **北海道医療大学　漢方・薬用植物研究講座③** | 2027/01/24 (日) | 14:30～16:30 | 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。 | 100名（申込先着順） | 北海道医療大学札幌サテライトキャンパス<br>札幌市中央区北4条西5丁目 | 2026/04/09 (木)から 2027/01/10 (日) | 電話で、その他：グーグルフォーム（https://forms.gle/6MLJBA6S26UErRm76） | 一般500円（認定薬剤師単位希望者：1回1500円） | 北海道医療大学 | 0133-23-1129<br>nice@hoku-iryo-u.ac.jp |
| 128 | **特別展セミナー「江戸のこころ広重の眼」** | 2027/01/24 (日) | 10:30～12:00 | 1回 | 「大広重展」関連事業。当館学芸員が、出品作品を取り上げながら展覧会の見どころをご紹介します。 | 80席 | 北海道立帯広美術館 講堂<br>帯広市緑ヶ丘2 | | 直接会場で | 聴講無料 | 北海道立帯広美術館 | 0155-22-6963<br>0155-22-4233<br>oibi.11@pref.hokkaido.lg.jp |
| 129 | **「古代の頃の北海道　擦文文化・オホーツク文化」４　「土器編年からみた擦文文化」** | 2027/01/30 (土) | 13:30～15:30 | 1回 | 擦文土器について長年研究を続けている講師から、擦文文化期について解説していただきます。 | 80名 | 北海道立埋蔵文化財センター研修室<br>江別市西野幌685-1 | 2026/12/25 (金)から 2027/01/29 (金)定員締切 | 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<br>011-386-3238<br>mail@domaibun.or.jp |
| 130 | **冬だべさ！** | 2027/01/30 (土)から2027/01/31 (日) | 13:00～13:05 1日目13時受付～２日目12時解散予定 | 1回 | 冬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<br>厚岸町愛冠６番地 | 2026/12/30 (水)から 2027/01/16 (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<br>0153-52-1152<br>napal.akkeshi@gmail.com |