

## City ENIWA civic activity center information

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止・延期となることがあります。

詳しくは各主催者にご確認ください。イベント情報は、えにわ知恵ネットに掲載しています。

情報に関するお問合せは恵庭市市民活動センター(☎34-7000)まで。

情報掲載希望の方は毎月5日までにメールまたは FAX でお送りください

**【FAX】 ☎34-7008 【メール】 info@eniwachienet.jp**

※掲載は無料です。※情報掲載には審査があります。※掲載の可否についてのお問合せには回答できません。

えにわ知恵ネット



### 記号について

日 日時 所 会場 内 内容 対 対象 定 定員 講 講師 費 参加費 持 持ち物 方 申込方法 限 申込期限 他 その他 問 問合せ先 申 申込先

### 行事のお知らせ

#### ■ヨガセラピー

##### ①シニアヨガ

日 11月3日(水・祝)、17日(水)10時30分~11時30分

内 膝や腰に不調のある方、体力に自信のない方でも椅子やタオルを使って無理のない範囲で身体を動かし、体力の維持・向上を目指しましょう。

対 60才以上の方

##### ②乳がん経験者のためのヨガ

日 11月6日(土)、20日(土)10時30分~11時45分

内 無理のない範囲で少しずつ身体をほぐし、心にも優しい時間を過ごしましょう。インストラクターも乳がん経験者です。お気軽にご参加ください。

対 乳がん患者さん・その家族、友人等(女性限定)

##### ③やさしいヨガ

日 11月13日(土)、27日(土)10時30分~11時30分

内 きついポーズや激しい動きはありません。ヨガが初めての方や運動が苦手な方で、心身に不調のある方でもご参加頂ける内容です。ゆったりと呼吸を整え、心身を解きほぐしましょう。

対 どなたでも

#### ＜共通＞

所 ②③えにあす、①生涯学習施設 かしわのもり

定 各回先着5人

費 700円(初回体験無料)

持 裸足になれる動きやすい服装、あればヨガマット(無料貸出あり)、長めのタオル、飲み物

方 電話、メール、ブログからメッセージ

限 前日まで

問・申 一般社団法人日本ヨガメディカル協会 認定ヨガセラピスト 吉田 直子(☎090-1641-6933 / メール: breath.eniwa@gmail.com / https://ameblo.jp/breath-eniwa/)

#### ■恵み野囲碁 令和3年 11月大会

涼しくなった、読書の・囲碁の秋です。11月大会頑張ろう!! 結果は知恵ネットで!!

日 11月6日(土)12時30分~17時

所 恵み野会館

内 4局対戦いたします! 参加者メンバーを棋力に応じ2グループに分かれて対局します。グループ毎に1~3位を決めます(スイス方式 賞品)! 参加賞もあるよ!

対 どなたでも

費 500円(会場費・賞品代他)

マスク(窓半開 換気の為)※感染対策やっています

方 直接会場へ(時間厳守)

他 自宅で検温・新型コロナウイルスの関係で休止も在るかも

問 会長:須田(☎090-1307-3141)

#### ■11月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 11月8日(月)18時30分~21時、11月26日(金)10時~14時

所 福祉会館

内 不登校・ひきこもりについて、一緒に考え学びあう親の会

費 300円

問 今井(☎33-9513)

#### ■高校生の「原爆の絵」展

日 11月9日(火)11時~14日(日)17時

所 図書館本館 ギャラリー

内 広島の高校生が被爆者の話をとにあの日の様子を絵で再現、被爆体験を聞いた高校生が悩み苦しみながら描いた絵の40点です。被爆者と高校生のコメントも添えられています。是非、足をお運びください。

問 新日本婦人の会 恵庭支部 高橋(☎36-7801)

#### ■恵庭分館おはなし広場

日 ①11月10日(水)15時~15時40分、②11月11日(木)③11月17日(水)④11月25日(木)11時~11時40分

所 えにあす ①えぼんハウス、②③④会議室4

内 乳幼児を対象とした絵本の読み聞かせを行います

定 各10人(先着順)

費 無料

方 直接会場へ

他 【出演者】①ストーリーショップ②読み聞かせの会「知恵袋」③ばたぼん④絵本サークルひだまり

問 恵庭市立図書館恵庭分館(☎34-8164)

#### ■NPO 法人おはな

##### ①サロンおはな

【がん患者・家族・遺族会】

日 11月13日(土)11時~15時

所 えにあす クッキングスタジオ

内 がん種問わず、どちらの市町村からも参加可能。患者さんやその家族、遺族など同じ立場の人が、お互いの悩みや不安を共有し、情報交換する場です。がん患者さんをサポートするための、様々な事業をみながら考えてます。秘密厳守です。安心してご参加ください。※オンライン対応可能(公式 LINE、Instagram、Facebook、ホームページから要事前連絡)

対 どなたでも

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

他 正力厚生助成金事業・恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

##### ②ふれあいサロンおはな

【【居場所】みんなの♡つなぐ・つなげる・つなぎたい】

日 11月13日(土)18時~20時

所 えにあす クッキングスタジオ

内 年齢問わず、どなたでも参加可能。<例>ひとり寂しい、フンオベ育児は疲れる、誰かに話を聞いて欲しい、同じ趣味のお友達を探している、恵庭に越してきたばかりで友達を作りたい、情報が欲しい、ひきこもり、不登校問題など※オンライン対応可能(要事前連絡)

対 どなたでも

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

他 コープさっぽろ社会福祉基金助成事業

##### ③つながりサポート女性支援事業

【女性による女性のための居場所づくり】

日 11月20日(土)10時~12時

所 えにあす 会議室2

内 女性限定サロン。年齢の限定はありませんので、子どもから大人まで参加可能。コロナ禍において、様々な不安や悩みを抱えている方など、お気軽にご参加ください。また、生理用品の購入が困難な方へ、生理用品の配布も行っています。

対 どなたでも

費 無料

方 直接会場へ

#### ＜共通＞

他 新型コロナ感染拡大防止対策に努めて開催いたします。緊急事態宣言等で、延期や中止、開催日時や開催方法が変更される場合があります。ホームページ・SNS でご確認願います。コロナ感染対策にご協力ください。

問 NPO 法人おはな 石上(☎080-4044-8313 / メール: npoohana13@gmail.com / 公式 LINE「NPO 法人おはな」)

#### ■恵庭国際理解講座 Vol.17

常春の部-グアテマラ & もしもお隣に外国人が越えて来たら?

日 11月13日(土)14時~16時30分(開場13時30分)

所 えにあす 会議室 8-1,8-2

内 グアテマラで卓球指導してきた青年海外協力隊隊員(千歳出身)の活動体験と恵庭在住外国人の恵庭生活

対 どなたでも

活体験等

対 どなたでも

定 25人(申込順)

講 青年海外協力隊隊員(中島 花屋さん他数名)

費 無料

方 電話、直接会場へ

限 11月12日(金)

他 会場ではコロナウイルス感染防止対策を取ります。来場者にはマスク着用を依頼と発熱や風邪の症状のある方の来場自粛をお願いします。

問・申 浅野(☎090-7643-3225)

#### ■2021年度北海道恵庭南高等学校

##### 定時制課程

##### 学校説明会

日 11月17日(水)17時~18時30分(受付16時45分~)

所 恵庭南高等学校 視聴覚室

内 教育内容の説明、授業見学

対 どなたでも

費 無料

持 筆記用具

方 電話

限 11月10日(水)まで。中学校に在籍している方は、学校を通じて申し込み

問・申 北海道恵庭南高等学校 中村・國岡(☎32-2391 / 14時~20時)

#### ■第113回シネマサロン例会

恵み野北町内会ネットワーク夢 主催

日 11月20日(土)13時~

所 恵み野北会館

内 今年も各地で風水害が発生。今月は洞爺丸遭難を教訓に青函トンネル開通の夢を描く「海峡」(1982・東宝)を鑑賞

対 どなたでも

定 20人

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

問 ネットワーク夢 山田(☎36-3158)

#### ■恵庭おもちゃクリニック

日 11月22日(月)9時30分~12時

所 生涯学習施設 かしわのもり

内 おもちゃを直します。部品交換が必要なときは説明したうえで、部品代負担となります。販売店・メーカーの保証期間内の物、貴重品・骨董品・コレクション品、自転車・モデルガン等安全性に関わるものは受付不可。預かったおもちゃは、翌月第4日曜日のクリニック会場で返却。交換する部品が購入困難で修理出来ないとき事前に連絡します。プラレール

対 どなたでも

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

問 ネットワーク夢 山田(☎36-3158)



ルのタイヤゴム、一般的な接続部品は1個20円以下の部品代負担で交換することができます。

- 費 原則無料(交換部品は有料)
持 マスク着用、おもちゃ本体付属品(壊れはずれた部品、取扱説明書、入っていた箱もあれば)
方 直接会場へ
他 新型コロナウイルスの関係等で休日もあります
問 村本(☎090-7058-6996)

- 市民囲碁大会
日 11月28日(日)12時30分～(受付開始12時)
所 碁席えにわ
費 参加費1,000円
問 小崎(☎33-5283)

- えにわ市民プラザ・アイル イベント情報
所 恵庭市本町110 NPO法人えにわ市民プラザ・アイル 他 [営業時間]10時～16時 [休業日]日曜・祝日 問・申 ☎39-3355

- アイル『おりがみサークル』作品展
小さな紙切れが不思議な立体に変化
日 11月2日(火)～13日(土)10時～16時
内 体験もできます
対 どなたでも

- 初めての鍼灸体験
体の中から健康に
日 11月9日(火)10時30分～13時
内 ひとりひとりに合った、はりきゅう治療を行います。自宅への訪問治療のご相談もお受けいたします。
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 大湊 達也さん(えがお鍼灸整骨院 院長)
費 2,980円(30分)
方 電話(要予約)

- 限 前日まで
他 裾のまくりやすいズボンで越しください

- タロット占い
タロットカード・西洋占星術・手相の3つの占術で占います
日 11月10日(水)13時30分～15時30分
内 迷いや悩みの答えは、あなたの中に
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 山田 小百合さん
費 1,500円(20分)
方 電話(要予約)
限 前日まで

- アクセサリーのメンテナンス
日 11月13日(土)、27日(土)13時～15時
内 真珠のネックレスの糸替え・宝石などの洗浄・指輪のサイズ直しをいたします。
対 どなたでも
定 申込順
講 吉田さん
費 500円～
方 電話(要予約)
限 前日まで

- ベルカップのクリスマスアレンジ
花のある暮らし
日 11月16日(火)10時30分～12時
内 コロンとかわいしいベル果実の皮の器に、クリスマスカラーのプリザーブドフラワーをアレンジ♪オーナメントとしても楽しめますよ♪
定 4人(申込順)
講 山田 きみ子さん(「Amber」NFD フラワーデザイナー)
費 1,500円
持 なし
方 電話(要予約)
限 前日まで

- アイル『絵手紙サークル』作品展
絵手紙の楽しさを…誰かに伝えたくて

- 日 11月19日(金)～29日(月)10時～16時
内 生徒さんたちの傑作を見に来てください
対 どなたでも
講 坂田 眞利子さん
方 直接会場へ

- チョークアートのワークショップ
オイルパステルを使ってブラックボードに絵を描く新しいアートです
日 11月20日(土)10時30分～12時
内 毎月新しいデザインを描くチョークアートのワークショップです。下絵があるので、ぬり絵感覚でお楽しみいただけます。
定 5人(申込順)
講 鷲尾 歩さん(MCA ティーチャーコース卒業)
費 1,500円
持 なし
方 電話(要予約)
限 前日まで

- パワーストーンプレスレットの浄化とゴム交換
日 11月20日(土)13時～15時
内 家で眠っているパワーストーンプレスレット等、浄化とゴム交換を100円で致します。しばらく身に付けていないものでもキレイにしてあげましょう。※お預かりも承ります。
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 Cait・Sith 青木さん
費 100円～
方 電話(要予約)
限 前日まで

- フットケア体験
足もとから美容と健康を考える
日 11月22日(月)11時～14時
内 ①爪切り(巻き爪、肥厚爪などでもOK)②角質ケア(タコ・ウオノメのケアなど時間内でケアします)
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 Kayoさん(フットケアセラピスト)
費 各2,000円(30分)

- 方 電話
限 前日まで
他 素足になれる服装で越しください。傷のある方、足の血流の悪い方のケアはできない場合があります。

- まちづくりスポット恵み野 イベント情報
所 恵庭市恵み野里美2-15(フレスポ恵み野内)NPO 法人まちづくりスポット恵み野 他 [開館時間]10時～17時30分[休館日]火曜日・年末年始[フェイスブック]https://www.facebook.com/machispo.megumino/
問・申 ☎39-2232 [メール]machispo.megumino@gmail.com

- 作っちゃおう!食べるラー油
日 11月12日(金)13時～15時
内 農薬不使用にんにくなど、本格的な材料を使って食べるラー油を作っちゃおう!という講座です。これさえあれば充実の食卓に!とっても香ばしくて美味しい無添加調味料を知りましょう。100cc お持ち帰り付き。
定 8名
講 吉田 澄美子さん(菜葉倶楽部)
費 1,500円
方 電話
限 11月10日(水)まで

- しごとBAR
日 11月26日(金)20時～21時
所 多目的スペース JUNCTION
内 さまざまな職業のひとが一日限定で形式上のマスター(もしくはママ)になり、参加者を迎える。トークショーと異なり、飲みもの片手にリラックスして交流いただくことが目的。今回のマスターはプログラミング教室「Do! Kids Lab」主宰 鷲尾充穂さんです。YouTube で生配信も予定しています。
費 無料
方 直接会場へ

# 恵庭市市民活動センター ツナガル・ウィーク

会場はいずれも「えにあす」です。参加希望の方は、お電話にて、お名前とご連絡先をお知らせください ※状況により変更・中止となる可能性があります

11/7(日) 特別講演会 どうぶつ達が教えてくれた夢見る力
創路市動物園、そこに棲む動物たちを通じた命のお話しや、夢見る事の素敵さを、講師の体験から楽しくお話しいただきます。動物パネル展も同時開催します。(講演会に手話通訳あり)
講師:山口 良雄さん(創路市動物園元園長)
時間:10:30～11:30 会場:ホール 参加費:無料
定員:50名(下記電話もしくは右記の二次元コードにて申し込み)

市民の力で動物園へやってきたキリン
障がいを持って生まれた双子のトラ

展示 まちづくりチャレンジ協働事業
これまでの事業パネル展
これまでもまちづくり補助金を活用して実施された事業の紹介パネル展示
期間:11月15日～11月30日
場所:ギャラリーコーナー

11/3(水・祝) Shines color 占います!
手相・タロット・西洋占星術 三種の占法で占います。(全年月日、生まれた場所・時間が判ると尚可)
時間:10:00～12:00 参加費:1,000円
会場:会議室7
定員:10名(1人10分・要予約)
予約先:090-6878-7185(山田)

11/4(木) 日本車椅子レクダンス協会
車椅子に乗ってリズムに合わせて遊ぼう!
手遊び歌にのせて、簡単なダンスを行います。車椅子の安全な使用方法についてもお知らせします。
時間:10:00～12:00 参加費:無料
会場:会議室4
その他:参加者に手作り小物のプレゼント有り(数量限定)

11/8(土) Yoga KULA
たのしく、ゆる〜く体験ヨガで初めての方も、からだが硬くても大丈夫です!ヨガを楽しみましょう!寝れがとれりフレッシュマットが無くてもOK!
時間:10:30～11:40 参加費:600円
会場:会議室3 定員:10人(要予約)
持ち物:ヨガマット、水分、タオル、プランケット(大柄バスタオル可)

11/7(日) 恵庭カワセミの会
バードフィーダー(エサ台)バードコール(鳥笛)を手作りしよう
会場内で、鳥の声や映像も紹介します。
時間:9:30～11:30 参加費:無料
会場:会議室8-3

11/10(水) まちスポ恵み野&つなぐme
お下がり交換会
※会場はまちづくりスポット恵み野(恵み野里美2-15フレスポ内)です。
時間:10:00～13:00 参加費:100円(送料)
会場:まちスポ恵み野
定員:完全予約制
予約先:交換会予約フォーム⇒

11/13(土) 美しいまちづくり 恵庭ネットワーク
いいね♪花のある生活
家庭の中にあるものを活かして花飾を手作り花を活かして楽しむのひと時を…
時間:13:00～15:00 参加費:300円
会場:会議室8-3
定員:10名(要予約・親子可)

11/20(土) NPO法人おはな
サロンおはな
おはなの活動紹介、つながりサポート女性支援事業(生活用品の配布)を行います。
時間:10:00～12:00 参加費:無料
会場:会議室2

11/21(日) 恵庭手打ちそばの会
親子手打ちそば教室
経験豊富な講師によるマンツーマン指導で二毛そばを打ちます。(約5分持ち帰り)
時間:9:50～12:00 参加費:1,000円
会場:ホール 定員:6組(要予約)
持ち物:エプロン、三角巾、持ち帰り容器

問合せ申込先 NPO法人恵庭市市民活動センター運営協議会
住所:恵庭市緑町2丁目1-1 えにあす1階
電話:0123-34-7000 営業時間:平日9時～17時
メール:info@eniwachienet.jp えにわ恵庭ネット:https://www.eniwachienet.jp/

恵庭市市民活動センター情報配置場所
・えにあす・市役所・島松支所・恵み野出張所・中恵庭出張所・図書館本館・図書館島松分館・島松公民館・かしのもり・郷土資料館・夢創館・総合体育館・島松体育館・駒場体育館・福住屋内運動広場・桜町会館・大町会館・東恵庭会館・柏陽会館・寿町会館・和光会館・恵み野会館・北栄会館・中島会館・有明会館・いくみ会館・市民会館・黄金心れあいセンター・えにわ市民プラザ・アイル・恵庭駅・恵み野駅・島松駅・恵庭市社会福祉協議会・フレスポ恵み野・まちスポ恵み野・かのな・センターハウス