

## 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。

えにわ知恵ネット



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。

### 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やさしい椅子ヨガ

日 10月1日(土)、22日(土)10時30分～11時30分

所 えにあす 会議室2

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、心身に不調のある方でもご参加頂ける椅子に座って行うヨガです。

対 どなたでも

定 10人

##### ②シニアヨガ

日 10月4日(火)、7日(金)、11日(火)、14日(金)、18日(火)、21日(金)、25日(火)、28日(金)10時30分～11時30分

所 生涯学習施設かしわのもり 会議室

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

定 10人

##### ③乳がん経験者のためのヨガ

日 10月15日(土)、29日(土)10時30分～11時45分

所 えにあす 会議室2

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・子宮頸がん経験者です。お気軽にお問い合わせください。

対 乳がん患者さん・その家族、友人等(乳がん以外のがん患者さんもご参加頂けますが女性限定)

定 10人

#### ＜共通＞

費 700円(初回体験無料・回数券購入で600円)

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 / mail:breath.eniwa@gmail.com / https://ameblo.jp/breath-eniwa/)

#### ■恵み野囲碁 令和4年 10月大会

涼しかった 7～9 月大会開催でしたが…!! 10 月はどうでしょうか? 囲碁の成績は知恵ネットで!!

日 10月1日(土)12時30分～17時

所 恵み野会館

内 4局対局! 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。各1～3位!! 残念賞も用意! 持ち時間:一人30分(対局時計)

対 どなたでも

費 500円(会場費・景品代他)

持 マスク、少し厚着(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)

#### ■恵庭カワセミの会

##### ①キノコ観察会

日 10月2日(日)9時～12時(集合・解散は同駐車場)

所 恵庭公園

内 いろんなキノコを探します。キノコの会とのコラボ企画です。

##### ②カワセミ観察会

日 10月16日(日)9時～12時(集合・解散は郷土資料館駐車場)

所 市内各河川等

内 市の鳥カワセミなど身近な自然を探します。

#### ＜共通＞

対 どなたでも

定 特になし

費 無料

方 直接会場へ

他 雨天時、屋内等で勉強会

問 恵庭カワセミの会 前田(☎090-1306-6357)

#### ■NPO 法人おはな

##### ①がん啓発イベント「虹いろ」&ピンクリボン運動 in 恵庭

【～あなたとあなたの大切な人のために～】

日 10月8日(土)9時～16時(集合8時45分市役所駐車場)

所 えにあす 会議室 8-1、8-2、8-3

内 9時～ピンクリボンショートウォーク、10時～16時展示コーナー、10時45分～がん教育「子宮頸がんについて」、12時～特別企画「クラフト講座」、13時15分～講演「家庭でできる発活」ほか。詳細は、公式 LINE、Facebook、Instagram、ホームページから。

他 がん予防普及啓発セミナー(14時30分～)同時開催。正力厚生助成金事業・北海道がん対策基金助成金事業

##### 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・つなごう!】

日 10月21日(金)18時～20時

所 えにあす 会議室1

内 年齢問わず、どなたでも参加可能。サロン形式の居場所。<例>ひとりでお話し、ワンオペ育児は疲れる、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、依存症問題など※オンライン対応可能(要事前連絡)

#### ＜共通＞

対 どなたでも。出入り自由、お気軽にご参加ください。

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

他 コロナ感染対策にご協力ください。緊急事態宣言等で開催日時や開催方法が変更される場合があります。お気軽にお問い合わせください。ホームページ、SNSでもご確認ください。

問 NPO 法人おはな 石上(☎080-4044-8313 / mail:npoohana13@gmail.com / 公式 LINE「NPO 法人おはな」/ ホームページ / Facebook / Instagram)

#### ■第52回恵庭市男子ソフトボール大会・第44回恵庭市女子ソフトボール大会

日 10月9日(日)、予備日10月10日(月・祝)

所 島松屋外運動場

内 ソフトボール大会

対 市内に在住もしくは通勤・通学する中学生以上の者で町内会、職場、友人などチーム編成は自由、代表者が市内に居住であれば他市の方の参加も可。

定 参加チームに制限なし

費 1チーム5,000円(参加費として当日会場で受領)

持 ソフトボールの出来る服装。グローブ、バット、レガースなど(用具は借用可、要事前連絡)

方 事務局の他総合体育館、島松体育館で申込書を配布

限 申込締切は10月4日(火)18時30分からの代表者会議(かしわのもり)までとし、チームの代表は代表者会議に参加出来ること。

他 ・傷害保険は加入していないのでケガには十分注意すること。一切責任は負いません。・新型コロナウイルス拡大防止対策のため、当日の朝、検温を行うこと。健康状態に不安な時は参加しないこと。

問・申 (事務局)事務局長 溝口 利雄(☎/FAX 33-5751 / 080-1880-4943 mail:totty4351musou@snow.plala.or.jp)

#### ■「恵庭市長杯」恵庭市民弓道大会

##### 恵庭弓道連盟主催

日 10月10日(月・祝)少年の部(高校生以下)9時30分～、一般の部13時30分～

所 総合体育館 弓道場

対 弓道経験のある市民

費 500円

限 10月8日(土)

他 お気軽にご参加下さい

問・申 小田(☎37-1671)

#### ■10月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 10月10日(月・祝)18時30分～21時、10月28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)

#### ■玉ちゃん愛好会

##### 玉すだれの会 会員募集しています!

日 10月12日(水)、26日(水)10時～12時

所 恵み野憩の家

内 伝統芸能の南京玉すだれ、銭太鼓

対 どなたでも

費 月額500円

問 山岡(☎33-3023)

#### ■恵庭分館おはなし広場

日 ①10月12日(水)15時～15時40分 ②10月13日(木)11時～11時40分

所 えにあす ①えほんハウス②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」

問 図書館恵庭分館(☎34-8164)

#### ■楽々歩こう会

初心者の方でも気軽に楽しく歩けます!

日 10月15日(土)9時30分集合(小町路 小町路)

所 集合場所:JR 恵み野駅西口

内 奥の道(4.5km)

対 どなたでも

費 200円(保険料含)

持 タオル、水、帽子

問 松尾(☎36-7877)

#### ■第124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 10月22日(土)13時～

所 恵み野北会館

内 多くの日本人が観て、聴いて、歌ったドレミの歌、エーデルワイスなどつたしの「サウンド・オブ・ミュージック」制作50周年記念版で上映。

対 どなたでも

定 20人(先着順)

費 無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

問 ネットワーク夢 渡邊(☎36-4316)

#### ■恵庭おもちゃクリニック

日 10月24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、部品代負担となることがあります。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。

**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(壊れはズレた部品、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止も在ります。  
**問** 村本 ☎090-7058-6996

### ■市民団基大会

**日** 10月30日(日)12時30分～(受付開始12時)  
**所** 基席えにわ  
**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～17時 [休業日]日曜・祝日・月末(棚おろし) **問**・**申** ☎39-3355

### ■\*花育\*おうちに切り花を飾ってみよう

**\*花のある暮らし\***  
**日** 10月8日(土)、29日(土)10時30分～12時  
**内** 季節の切り花を使った小さな子どもさんも初めての方でも楽しめる、心を豊かに育む花育講座です。おうちにお花を飾りましょう♪  
**対** どなたでも  
**定** 6人(申込順)  
**講** 山田 きみ子さん(「Amber」いのちとこころの花育@Haru 花育講師)

**費** 1,500円  
**持** 手ぶらでOK  
**方** 電話(要予約)  
**限** 開催日の2日前  
**他** 親子参加歓迎

### ■スマートフォンの使い方相談

**日** 10月12日(水)10時30分～12時  
**内** スマホとタブレットの基本操作をマスターしよう。  
**対** どなたでも  
**定** 10人(申込順)  
**講** 水野 みどりさん  
**費** 100円(15分程度)  
**持** 手ぶらでOK  
**方** 電話(要予約)  
**限** 前日まで

### ■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** 10月12日(水)13時～16時  
**内** 心をリフレッシュして、新しい一歩を踏み出そう。  
**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

### ■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** ①10月15日(土)②10月17日(月)10時30分～12時 ②ボード作りを含む  
**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。  
**対** どなたでも  
**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** ①1,500円②2,000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** 10月15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(先着順)  
**講** Cait・Sith 青木さん  
**費** 100円～  
**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** 10月15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  
**対** どなたでも  
**定** 5人(申込順)  
**講** 吉田さん  
**費** 500円～  
**方** 電話(要予約)  
**限** 前日まで

### ■和美術美(わびさび)「一閑張りとポーセラーツ・布小物の展示会」

伝統的な和の工芸と白磁に美しい絵柄の器のコラボレーション  
**日** 10月17日(月)～29日(土)10時～17時  
**内** 一閑張り 小酒井 美津栄さん、ポーセラーツ 晴山 眞智子さん、渡辺 修子さん

### ■鍼灸&ストレッチング

腰、肩、肉体疲労に効果あり  
**日** 10月18日(火)10時30分～12時

**内** 鍼灸・横になってのストレッチどちらでも選ぶことができます。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お越しください

### ■笑顔いきいき体操

健康理論と手軽にできる体操を伝授します  
**日** 10月18日(火)13時～14時  
**定** 10人  
**講** 大湊 達也さん(えがお鍼灸整骨院院長)  
**費** 500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** 10月25日(火)11時～15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)③ひざ下オイルマッサージ  
**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(要予約)  
**限** 前日まで  
**他** 素足になれる服装でお越しください。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。



## 恵庭市市民活動センターを 利用してみませんか

**場 所** 恵庭市市民活動センター(えにあす1階)(恵庭市緑町2丁目1-1)  
**開設時間** 平日9時～17時 ※土日・祝日はお休みです。  
**利用案内** 市民活動を支援するための様々な機能を備えています。今後も機能の充実を図っていきます。

- ①情報収集 発信** 他の団体の活動を知ることができたり、活用できそうな助成金の情報を得ることができたりします。また、自分たちの情報を展示したり、「えにわ知恵ネット」に登録すれば主催イベントや活動状況などをインターネットに掲載することができます。
- ②相談機能** 相談員が皆さんの活動の困りごとや悩みなどの相談に応じます。また、個人や団体同士をつなげるコーディネーターをお手伝いします。
- ③機器貸出** コピー機や物品などを貸し出します。(有料) ※詳細についてはお問い合わせください。
- ④人材育成 研修機能** 他団体の活動事例を紹介するなど団体のスキルアップ講習会を企画し、開催します。
- ⑤交流機能** 誰もが自由に入出りできます。ちょっとした打ち合わせなどにご利用ください。

市民活動の拠点となる「恵庭市市民活動センター」は、市民活動をする個人・団体が構成員となっている恵庭市市民活動センター運営協議会が運営を行い、市民活動に対する様々な支援を行っていますので、ぜひご利用ください。



運営にあたり協議会の会員を募集していますので、市民活動を応援したい、盛り上げたいという個人・団体の方は入会してみませんか？入会申込書は恵庭市市民活動センター窓口を設置のほか、恵庭市ホームページよりダウンロードできます。皆さんの参加をお待ちしています！

【会 員】 正会員と賛助会員、応援企業等会員があります。

正会員	市民活動に関心と理解があり、この運営協議会の目的に賛同し協働するために入会した個人および団体
賛助会員	市民活動に関心と理解があり、運営協議会を応援したい個人および団体
応援企業等会員	市民活動に関心と理解があり、自ら地域貢献活動を実践するなどこの運営協議会の目的に賛同し支援の意思を持つ企業及び公共団体

【年会費】 個人 1,000円 団体 3,000円 応援企業等会員 5,000円  
【特典】 活動に必要な機器・備品などを会員料金で利用できます。

### 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・黄金ふれあいセンター・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・まちすぽ恵み野・かのなセンターハウス