



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。

### 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 2月3日(金)、7日(火)、10日(金)、14日(火)、17日(金)、21日(火)、24日(金)、28日(火) 10時30分~11時30分

所 生涯学習施設がしわのもり 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

##### ②やさしい椅子ヨガ

日 2月4日(土)、18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

##### ③乳がん経験者のためのヨガ

日 2月11日(土・祝)、25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で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 / メール: breath.eniwa@gmail.com / https://ameblo.jp/breath-eniwa/)

#### ■恵み野囲碁 2月大会

新年大会から新たに…棋力 UP 目指そう?! 何時ものとおり、囲碁の成績は知恵ネットで!!

日 2月4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感じ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) 棋力は会規約によります。

対 どなたでも

費 500円(会場費・景品代)

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ります

問 会長: 須田(☎090-1307-3141)

#### ■玉ちゃん愛好会

玉すだれの会 会員募集しています!

日 2月8日(水)、22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 ①2月8日(水) 15時~15時40分②2月9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)

#### ■2月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 2月13日(月) 18時30分~21時、2月24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)

#### ■NPO法人おはな

①がんサロン「サロンおはな~がん患者家族連誼会~」

【特別企画】

日 2月16日(木) 10時~12時(9時50分まで)に本校舎1階受付前) ※事前に開催場所のご確認をお願いいたします

所 北海道文教大学3号館1階治療室1

内 北海道文教大学人間科学部 理学療法学科 佐藤明紀教授のご協力で、初めての試みです。健康な方のがん予防・がん患者さんの運動についてのお話や実践。そのほか、ストレスチェックなどを行う予定。

定 10人(申込順)

講 佐藤 明紀教授(北海道文教大学 人間科学部 理学療法学科)

方 メール、公式 LINE、ホームページ、各種 SNS

限 2月13日(月)

他 【がんサロンとは…】がん種問わず、

患者さんやその家族、遺族など、どなたでもどちらの市町村からも参加可能。お互いの悩みや不安を共有し、情報交換する場で、気軽に参加できるサロンです。ピアサポーターがいます。秘密厳守、安心してご参加ください。正力厚生助成金事業、北海道がん対策基金助成金事業

②お酒と上手に付き合おう! ~適正飲酒と依存症~

日 2月23日(木・祝) 10時~11時30分

所 えにあす 会議室1

内 飲み会、ストレス発散、寝酒など、習慣的に飲酒している方も多いと思います。アルコールは、身近にある依存性の高い物質です。発がん性もあります。健康維持のため、適正飲酒と依存のリスク、依存症について正しく理解していただく講座です。

講 石上 一美(ASK 認定依存症予防教育アドバイザー・飲酒運転防止インストラクター・NPO 法人おはな代表理事)

方 電話、公式 LINE、ホームページ、各種 SNS

他 恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

③居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 2月25日(土) 18時~20時

所 えにあす 会議室2

内 【ふれあいサロンおはなとは?】どちらの市町村からも参加可能。大人から子どもまで気軽に立ち寄ることが出来、自由な時間を過ごせる場所です。ポロッと愚痴をこぼしたり、おしゃべりすることで、元気をとりもどしたり…出入り自由。

方 直接会場へ

#### ＜共通＞

対 どなたでも

費 無料

持 マスク着用

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でもご確認いただけます。

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」)

#### ■楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪

日 2月18日(土) 9時30分集合(小雨決行)

所 集合場所: JR 恵庭駅東口

内 冬のコース No.1(4.0km)

対 どなたでも

費 200円(保険料含)

持 タオル、水、帽子、滑らない靴

問 松尾(☎36-7877)

#### ■第128回シネマサロン例会

恵み野北町内会ネットワーク 主催

日 2月18日(土) 13時~

所 恵み野北会館

内 昨年9月、85歳で亡くなった純愛スター江原真二郎を追悼して18才でのデビュー作「米」(1957・日本)を鑑賞。

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 渡邊(☎36-4316)

#### ■市民囲碁大会

日 2月26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)

### 募集中

#### ■市民農園利用者募集

ルルマップ自然公園ふれらんども内

所 西島松 275 番地

費 面積 50 ㎡ / 市内在住者: 6,000 円 / 市外在住者: 10,000 円、面積 100 ㎡ / 市内在住者: 10,000 円 / 市外在住者: 18,000 円

方 ご来社のみによる先着順

限 【申込開始日】2月6日(月)~3月31日(金) ※全区画売完となった場合は、その時点で締め切らせていただきます。

他 【申込可能区画数】利用制限なし(農園設備) 散水栓・水道トイレ・駐車場・無料農機貸出(一部) など

問 シルバー人材センター(桜町3丁目8-18 / ☎34-0311 / 平日9時~17時・土日祝日休み)

#### ■近い・安い・楽しい・EM 家庭菜園仲間募集

有用微生物 EM 菌利用の有機無農薬家庭菜園

日 4月~11月上旬

所 中恵庭(恵庭市中央)

内 通期(継続): 1区画 33 ㎡(10 坪) 3,000 円、2区画 2,500 円、3区画以上 2,000 円 ※輪作は2区画以上ベスト

対 どなたでも

定 申込順

持 道具類等 各自

方 電話

限 3月31日(金) (2月末までにお願ひします)

問・申 山白(☎080-2870-1956)



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・棚おろし 2月28日(火) **問**・**申** ☎39-3355

■新企画！ゆるヨガ体験会

**日** 2月10日(金)11時~11時45分  
**内** からだが硬くて今更無理と思っている方や初心者の方、少人数で体を動かしてスッキリしましょう。  
**定** 3人  
**講** 白川 智己さん  
**費** 500円  
**持** タオル、飲物  
**方** 電話(要予約)  
**限** 前日まで  
**他** 素足になれる動きやすい服装。ヨガマットはお貸します。

■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** 2月15日(水)13時~15時30分  
**内** 3つの占法で迷いや悩みへのアドバイスをします  
**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

■新企画！足型計測、足裏分析&ヘルスチェック体験

**日** 2月16日(木)10時15分~15時30分

**内** 足裏分析で体のバランス、心体の不調が明らかか？！セルフケアの方法を体験していただきます。

**対** どなたでも(小学生以上)  
**定** 4人(申込順)  
**講** Kayoさん(フットケアセラピスト)  
**費** 2,000円(45分)  
**持** 素足になれる服装でおこしください  
**方** 電話(要予約)  
**限** 前日まで  
**他** 普段使用頻度の高い靴を持参いただくか、その靴を履いてきて下さい。

■写真整理相談会

思い出のつまった古い写真を、もう一度よみがえらせましょう  
**日** 2月16日(木)10時30分~12時  
**内** 片付け、収納に困っている写真やアルバムをお持ちください。  
**対** どなたでも  
**定** 5人(申込順)  
**講** うえの かおりさん(写真整理アドバイザー フォトカス)  
**費** 500円(30分程度)  
**持** ご自身のスマホやSDカードを持参してください  
**方** 電話(要予約)  
**限** 前日まで

■展示「見てみてうちの子♥ベストショット」

楽しいペットたちの写真を見に来てください  
**日** 2月17日(金)~25日(土)10時~16時  
**内** 1月の講座で作成したベストショットと新たに募集中のペットの写真を展示します  
**対** どなたでも  
**講** 上野 かおりさん(写真整理アドバイザー)

**費** 無料  
**方** 直接会場へ

■チョークアートのワークショップ

オイルバ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** ①2月18日(土)②2月21日(火)10時30分~12時(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

■もうすぐ立春♪おうちにお花を飾ってみよう

\*花育\*花のある暮らし  
**日** 2月18日(土)10時30分~12時  
**内** 春はすぐそこ♪桃の節句にぴったりのプリザーブドフラワーなどを使って飾りを作ります。  
**対** どなたでも  
**定** 5人(申込順)  
**講** 山田 きみ子さん(「Amber」いのちとこころの花育®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

■アクセサリーのメンテナンス

**日** 2月18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

■パワーストーンプレスレットの浄化とゴム交換

**日** 2月18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。しばらく身に着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

■フットケア体験

足もとから美容と健康を考える  
**日** 2月25日(土)10時15分~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** 6人(申込順)  
**講** Kayoさん(フットケアセラピスト)  
**費** 各2,500円(45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。

**Eniwa Scenic Night 2023**

**2/4 土**

**会場**

- はなふる+ 国道36号花ロードえにわ前
- 国道36号基線~札幌牛乳運輸前
- 国道36号サンガーデン前
- 恵庭駅東口~黄金学園通~恵明中学校
- 黄金ふれあいセンター
- 恵庭市生涯学習施設かしのもり
- 中島会館
- 島松ひがし公園 11:00~売店あり
- 島松駅前ロータリー
- Blue Moon Hair
- 恵庭市民スキー場

**はなふる会場**

11:00~

- キッチンカー10台
- 雪遊びコーナー
- スノーランタン体験

スタンパラリー体験受付、はなふるセンターハウス内、恵庭駅前会場

雪遊びやランタン体験で、クエニック特設イベントも楽しめる。休憩所で飲み物が飲めるスタンパラリー開催!

しぼれるよ! 全員! 集合!

**ミナミナ市マルシェ** 同時開催

**参加団体**

■えにわシーニックプロジェクト ■恵庭観光協会 ■恵み野商店会 ■島松鳴子まつり実行委員会 ■サッポログループ物流(株) ■恵庭テクノパーク友好会 ■(株)サンガーデン ■プレスボ恵み野 ■まちスボ恵み野 ■黄金ふれあいセンター ■恵庭市生涯学習施設かしのもり ■アルファコート緑と語らいの広場えにわ(NPO法人恵庭市市民活動センター運営協議会・ONE STEPえにわ) ■恵庭市ボランティアサークル・シボラ ■恵庭スキー連盟 ■恵庭南高等学校 ■恵庭中学校 ■恵明中学校 ■恵み野中学校 ■恵み野中学校おやしの会 ■黄金北町内会 ■黄金中央町内会 ■黄金南町内会 ■中島町内会 ■島松東町町内会 ■(株)ガーデンシティ恵庭 ■恵庭まちづくり協同組合 ■Blue Moon Hair ■恵庭市フラワーマスター協議会 ■恵庭花のまちづくり推進協議会 ■他たくさんの方の個人ボランティアのみさん

主催: えにわシーニックナイト実行委員会  
共催: お問合せ 事務局090-6219-9602 久保  
後援: シーニックバイウェイ北海道  
支笏洞爺二セコルート代表者会議  
北海道開発局札幌開発建設部、石狩振興局、協賛: 恵庭市、恵庭市教育委員会、ウェルカム北海道エリア行政連絡会議、一般社団法人シーニックバイウェイ支笏センター、一般社団法人恵庭観光協会、株式会社ガーデンシティ恵庭、千歳道路維持会

**2/3 金** ●アルファコート 緑と語らいの広場 えにわにあす **会場**

**2/5 日** ●恵庭ふるさと公園 **会場**

**2/7 火** ●恵庭中学校 **会場**

**2/10 金** ●恵み野中学校 **会場**

**2/11 土** ●恵み野駅前~ 恵み野商店会 ●プレスボ恵み野 **会場**

**支笏洞爺二セコルート**  
美しい湖と秀峰、火山に出会えるルート  
A route with beautiful lakes, mountains and volcanoes.

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・プレスボ恵み野・まちスボ恵み野・かのな・センターハウス