

## 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

#### ■虹彩書道会作品展

##### ことばの彩

日 7月1日(土)~12日(水)

所 えにあす エントランスホール、ギャラリーコーナー

内 今年三月に東京都美術館で開催された創玄学生展に出展した作品を展示します。

対 どなたでも

講 高橋 尚湖

費 無料

問 高橋(☎090-6265-2438)

#### ■ヨガセラピー

##### ①やさしい椅子ヨガ

日 7月1日(土)、15日(土)、29日(土)  
10時30分~11時30分

所 えにあす 会議室2

内 きつ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

##### ②シニアヨガ

日 A:7月3日(月)、10日(月)、24日(月)10時~11時/B:7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 A:えにあす 会議室2/B: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

##### ③乳がん経験者のためのヨガ

日 7月8日(土)、22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)

##### ＜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 7月大会

対局中はマスク使用を推奨!!今年度は対局マナー向上…棋力UP!!何時ものとおり、囲碁の成績は知恵ネットです!!

日 7月1日(土)12時30分~17時

所 恵み野会館

内 4局対局A・Bグループ分けはします。各1~3位&残念賞を用意!持ち時間:一人30分(対局時計使用)棋力は会規約によりです。

対 どなたでも

定 50人

費 500円(会場費・景品代他)

持 マスク(個人マナーだが使用を推奨)、少し厚着(怒半開 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)

#### ■恵庭おもちゃクリニック

日 ①7月8日(土)13時~17時(雨天は翌日順延)②7月24日(月)9時30分~12時

所 ①しままつ公園②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、部品代負担となることがあります。その場で直らないものは、返却予定日を会場で教えます。交換する部品が購入困難で修理出来ないこともあります。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。

費 原則無料(交換部品は有料)

持 おもちゃ本体付属品(壊れはすれた部品、取扱説明書、入っていた箱もあれば)

方 直接会場へ

問 村本(☎090-7058-6996)

#### ■7月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 7月10日(月)18時30分~21時、7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 7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 ①7月12日(水)15時~15時40分

②7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)

#### ■えにわフットバス愛好会

##### 第3回月例フットバス

柏木川沿い~田園地帯をウォーキング! 余湖農園で旬の野菜とジジスカンBBQいかがですか

日 7月15日(土)9時~13時

所 JR島松駅前広場

内 JR島松駅前広場~ラルズマート島松店~柏木川沿い~余湖農園昼食BBQ~ルルマップ川沿い~JR島松駅(約8km) ①どなたでも(一般参加者200円、保険代)、ジジスカン代一人1,600円(おにぎり、飲み物は、持参下さい。)

持 飲み物、雨具(小雨決行)

方 電話

限 7月9日(日)まで

問・申 会長:前田 孝雄(☎090-9529-4829) / 事務局長:加藤 素己(☎090-3019-9892)

#### ■楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けますよ

日 7月15日(土)9時30分集合(小雨決行)

所 集合場所:恵み野駅西口

内 梅花藻の道(7.1km)

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)

#### ■NPO法人おはな

##### ①「がんピアサポーター養成講座」

【アサーティブ入門「ハラスメント予防のためのアサーティブ」】

日 7月15日(土)、23日(日)10時~12時30分

所 えにあす 会議室8-2

内 がんピアサポーター(当法人では、がん患者家族遺族など同じ体験をした当事者同士が分かち合い、助け合うことを意味します。)として、活動のサポートをしてくれる方を募集。養成講座で、がん患者さんやご家族を支援していくためのスキルを身に付け、患者さんをサポートして下さる方を養成いたします。 ②どなたでも(男女問わず、どちらの市町村からもお気軽にご参加ください。)

定 10人

講 中野 満知子氏(トゥルーカラーズ・ジャパン認定トレーナー&ファシリテーター、自尊感情回復ガイド・アサーティブトレーナー)

方 電話、公式 LINE、Facebook、Instagram、ホームページ

他 正力厚生助成金、北海道がん対策基金助成事業

②「えにわ地域サポーター養成講座」【アサーティブ入門「ハラスメント予防のためのアサーティブ」】

日 7月15日(土)、23日(日)10時~12時30分

所 えにあす 会議室8-3

内 えにわ地域サポーター(悩みや不安を抱える方の話を聴ける人材)として、居場所づくりなど活動のサポートをしてくれる方を募集。

定 10人

講 中野 満知子氏(トゥルーカラーズ・ジャパン認定トレーナー&ファシリテーター、自尊感情回復ガイド・アサーティブトレーナー)、石上 一美(NPO法人おはな、ASK 認定依存症予防教育アドバイザー、全日本青少年育成アドバイザー)

方 電話、公式 LINE、Facebook、Instagram、ホームページ

他 つながりサポート女性支援事業、市委託事業

##### ③がんサロン

【サロンおはな~がん患者家族遺族会~】

日 7月15日(土)18時~20時

所 えにあす 会議室1

内 患者さんや家族、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んなで考えます。秘密厳守、安心してご参加ください。出入り自由。

対 どなたでも(がん種間問わず、どちらの市町村からも参加可能)

持 マスク着用

方 直接会場へ

他 正力厚生助成金事業、北海道がん対策基金事業※ラジオ de がんサロン、YouTube チャンネルで配信中。質問やコメントは公式 LINE やホームページから

④居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 7月15日(土)18時~20時

所 えにあす 会議室1

内 気軽に立ち寄ることが出来、自由な時間を過ごせる場所。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…当法人メンバーとえにわ地域サポーターがお話を聴きしています。出入り自由。

対 どなたでも(子どもから大人まで、どちらの市町村からも参加可能)

方 直接会場へ

⑥「女性による女性のための居場所づくり」

【7月かわいい消しゴムハンコづくりできます】

日 7月20日(木)10時~12時  
所 花の拠点のはなふる 暮らしを患む庭 集会施設  
内 女性限定サロン。コロナ禍等において、様々な不安や悩みを抱えている方(病气・家庭・子育て・不登校など)お話お聴きいたします。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 女性限定(年齢の限定はなし、子どもから大人まで参加可能)

定 10人  
講 小隅 麻美さん(消しゴムハンコインストラクター)

方 直接会場へまたは、電話、公式LINE  
他 つながりサポート女性支援事業、市委託事業

### ◎依存症家族会~Ohana~

日 7月22日(土)13時~15時  
所 参加申し込みの際にお知らせいたします

内 依存症問題に悩む家族会。同じ問題で「悩み」「苦しみ」自分ではどうにもならなくなり、ここへだどり着いた人たちはばかりです。スタッフ、参加者は、話された内容は勿論のこと、参加されたこと自体もお互いに秘密は守ることになっています。当日は、アノニマスネーム(匿名)でご参加いただけます。毎月1回(恵庭市と安平町遠浅で交互に)開催。ASK認定依存症予防教育アドバイザー、ピアサポーターがいます。

対 依存症に悩む家族(依存症の種類は問わず、どちらの市町村からも参加可能)

方 電話、公式LINE

### ◎依存症予防啓発普及事業

【ゲーム障害の美情と子ども・家族の方への関わり方のコツ:ゲーム障害専門診療を通して】

日 7月22日(土)16時~17時30分  
所 えにあす 会議室2、会議室3

内 講演 ※詳細は、ホームページ、公式LINE、Instagram、Facebookからご確認ください。

対 どなたでも  
定 50人

講 白坂 知彦氏(手稲浜仁会病院 精神保健科部長、医学博士)

方 直接会場へ  
他 恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

費 無料  
問・申 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」)

■恵写展  
日 7月21日(金)~30日(日)9時~22時  
所 えにあす エントランスホール  
内 恵庭写真協会会員の自由闊達な作品をご賞覧ください。

対 どなたでも  
問 恵庭写真協会事務局 森崎 (☎090-6993-0276)

### ■第133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 7月22日(土)13時~

所 恵み野北会館  
内 幕末武家社会の虚飾と武士道の残酷性を暴く浪人の怒り。カンヌ映画祭審査員特別賞受賞作「切腹」(1963・日本)

対 どなたでも  
定 20人(先着順)

費 無料  
持 マスクは自由判断

方 直接会場へ  
問 ネットワーク夢 渡邊(☎36-4316)

### ■子ども！大人も！市内在住の外国人も！みんなで楽しく えにわ踊りじゃしゃジャンコジャン♪

郷土芸能すずらん踊り(流し踊り)を楽しく踊るワークショップ

日 7月23日(日)16時~18時30分  
所 えにあす 会議室2、会議室3

内 「市内に住んでいて、すずらん踊りを知らない、踊ったことない!」「こどもの頃、踊ってた~」楽しそう、参加してみたい!などなど。8月6日(日)の島松鳴子祭り、一緒に踊ってお祭り盛り上げて頂いたらサイコーです。\*ワークショップのみの参加も大歓迎、出入り自由。お気軽にご参加ください。

対 男女問わず、子どもから大人までどなたでも参加歓迎。親子参加・子連れ大歓迎。

費 無料  
方 直接会場へ

他 協働担当課:教育委員会社会教育課  
問 社会教育課(☎33-3131内1710)

### ■高齢者向けスマホ体験教室

日 7月25日(火)午前の部10時~、午後の部13時30分~

所 シルバー人材センター  
内 スマホの基礎講座やLINEなど人気の便利機能の体験(特定メーカーの購入を勧めるものではありません)

対 60歳以上の市民  
定 午前・午後各5人(申込順)

講 ソフトバンク(株)スマホアドバイザー  
費 無料

持 なし(講習に使用するスマホは当日貸与)

方 電話  
限 7月21日(金)

問・申 恵庭市シルバー人材センター 林 和彦(☎34-0311)

### ■市民囲碁大会

日 7月30日(日)12時30分~(受付開始12時)

所 幕席えにわ  
費 参加費1,200円

問 小崎(☎33-5283)

### 募集 中

### ■人形劇いっしょにやりませんか

手作のぬいぐるみつがいます  
日 7月20日(木)13時~14時

所 えにあす 会議室6  
内 手芸サークルのメンバー集めます

対 どなたでも  
定 5人(先着順)

費 無料  
持 なし

方 電話  
限 7月18日(火)

問・申 山本 (Eggstar) (☎25-3551)

### ■恵庭将棋愛好会会員の募集

将棋を指して、一緒に楽しみませんか  
日 毎週火曜日9時~15時30分

所 柏陽憩の家  
内 日本古来の伝統文化である将棋を指して、愛好者仲間の親睦や棋力の向上などを目的として活動している団体です。

対 65歳以上の将棋愛好者  
費 100円

方 直接会場へ  
他 常時受け付けておりますので、いつでもご入会可能です

問 恵庭将棋愛好会事務局 平岡 (☎36-8980)

■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 7月12日(水)13時~16時

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

■アクセサリーのメンテナンス  
日 7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

### ■\*花育\*おうち切り花を飾ってみよう

~花のある暮らし~心を豊かに育む花育講座です  
日 7月15日(土)、29日(土)10時30分~12時

内 恵庭産の切り花で豊かな心を育む花育体験です。初めての方も小さな子ども

さんでも楽しめます。  
対 どなたでも

定 10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

### ■見てみて うちの花☆庭 ベストショット

ご自宅のすてきなお花や庭のお写真を見ながら、エピソードや情報の交換会をしましょう。

日 7月19日(水)13時~14時30分  
内 自宅の庭や花の写真を大きな画面に映し、後日開催する「写真展」用の作品を選びます。

対 どなたでも  
定 10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  
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

### ■フットケア体験

足もたら美容と健康を考える  
日 7月25日(火)10時15分~15時

内 ①爪切り(巻き爪、肥厚爪なども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願いします。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。

### NPO 法人 恵庭市市民活動センター運営協議会 イベント情報

所 恵庭市緑町2丁目1-1 アルファコート緑と語らいの広場 問・申 ☎34-7000 / 平日9時~17時

### ■シニア向けスマホ教室

日 7月25日(火)14時~16時  
所 えにあす 会議室4

内 電子決済アプリの使い方体験、スマホ何でもお悩み相談  
対 どなたでも

定 20人(申込順)  
講 大瀧様((株)RISE ONE)

費 100円、センターの会員は無料  
持 スマートフォン、筆記用具

方 電話  
限 7月24日(月)17時まで

他 当日電子マネー用に別途200円ご用意ください。

会議が変われば 組織が変わる!

これからのリーダーに 必須のスキル 身につけませんか


ファシリテーションは、話し合いの場を、活発な対話からアイデアを生み、わくわくする活動に繋げるための手法です。

■受講生の声  
「だらだらと長かった会議は短くなり、たくさんの意見を取り入れられるように!」(30代女性)

日程/2023年7月~2023年10月まで全6回  
会場/市民活動センター 会議室  
定員/15名 参加費/3,000円  
主催/NPO法人恵庭市市民活動センター運営協議会  
共催/ファシリタスチームアジト  
後援/恵庭市

申込期限/7月20日(木)  
受講希望の方は「専用お申し込みフォーム」よりお申し込みください。  
参加お申し込みフォーム→  
<https://forms.gle/3aQuhrfBgHCzdy38>

お問い合わせ/NPO法人 恵庭市市民活動センター 運営協議会  
恵庭市緑町2丁目1-1(えにあす内)  
TEL:0123-34-7000 FAX:0123-34-7008  
受付時間/9時~17時(平日)



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・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・まちスポ恵み野・かのな・センターハウス