

恵庭市市民活動センター情報 9月

City ENIWA civic activity center information

えにわ知恵ネット



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。

情報掲載に関するお問合せは恵庭市市民活動センター(☎34-7000)まで。※イベントの申込み・問合せは各主催者まで。

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 A:9月2日(月)、9日(月)、23日(月・振休)、30日(月)10時~11時10分/B:9月3日(火)、6日(金)、10日(火)、13日(金)、17日(火)、20日(金)、24日(火)、27日(金)前半9時30分~10時40分、後半11時~12時10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て、体力の維持・向上を目指しましょう。

対 60才以上の方(男性もご参加いただけます)

② やさしい椅子ヨガ

日 9月7日(土)、21日(土)10時30分~11時40分

所 えにあす 会議室1

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(男性もご参加いただけます)

③ 乳がん経験者のためのヨガ

日 9月14日(土)、28日(土)10時30分~11時55分

所 えにあす 会議室1

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。

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 900円(初回体験無料・回数券購入で800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1枚、バスタオル1枚、飲み物

方 電話、メール、ブログからメッセージ 前日日まで

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 9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!!何時ものとおおり、囲碁の成績は知恵ネットです!!

日 9月7日(土)12時30分~17時

所 恵み野会館

内 4局対局A・Bグループ分けは対局人員によります。1~5位と残念賞を用意!持ち時間:一人30分(対局時計使用)棋力は会規約によります。

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)・(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deDISCO

日 9月7日(土)14時~20時30分

所 夢創館

内 昔ディスコに通ったシニア世代もディスコを知らない若い世代も懐かしい音楽と一緒に踊りませんか

対 どなたでも

定 150人(申込順)

費 2,500円(前売チケット)※当日3,000円

方 直接会場へ

限 9月6日(金)

問 豊島(☎080-5194-6907)

■ 9月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 9月9日(月)18時30分~21時、9月27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)

■ 恵庭分館おはなし広場

日 ①9月11日(水)15時~15時40分 ②9月12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)

■ よきよきの日 ハンドケアマッサージ&花遊び

日 9月15日(日)13時~15時(①13時②14時③15時)

所 えにあす 会議室8-1

内 いつもがんばっている手のケアマッサージ&庭の花、野の花を生活の中ので楽しんでみませんか。

定 各時間2人

費 500円

方 電話(要予約)

問・申 葛西(☎090-6216-4480) 田中(☎36-8406)

■ 第47回 絵画サークル えのこ箱展

日 9月19日(木)~22日(日・祝)10時~18時(最終日16時まで)

所 市民会館 二階展示室

内 第47回絵画サークルえのこ箱展を開催します。公募展出品の大作から可愛い小作品まで色とりどりの作品を展示します。

対 どなたでも

費 無料

持 マスク着用は個人の判断にお任せします。

問 事務局 本郷(☎37-3820)

■ 楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます

日 9月21日(土)9時30集合(小雨決行)

所 集合場所:北広島駅

内 北広島コース(約6.0km)

対 どなたでも

費 100円(保険料含)

持 タオル、水、帽子

問 山岡(☎33-3023)

■ 第147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 9月21日(土)13時~

所 恵み野北会館

内 美しい子ロルの山々に天使たちのソプラノが響き渡るおなじみウィーン少年合唱団の姿を描く「野ばら」(1957年オーストリア)

対 どなたでも

定 20人(先着順)

費 入場無料

持 マスク着用

方 直接会場へ

問 ネットワーク夢 渡邊(☎36-4316)

■ NPO法人おはな

①居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 9月21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です。ポソ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...様々なご相談お受けしています。

当法人メンバーとえにわ地域サポーターがお話をお聴きしています。

対 どなたでも(障がいの有無に関わらず、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(出入り自由)

②がんサロンおはな+プラス

日 9月24日(火)10時30分~12時

所 北海道文教大学 9号館 多目的室

内 がん予防の方、がんになってしまった方も一緒に運動しませんか。がんサロン同時開催。お互いの悩みや不安を共有し、情報交換もできます。

対 どなたでも(がん種問わず、患者さんやその家族、遺族などは勿論、どなたでも、どちらの市町村からでも参加可能)

方 直接会場へ(出入り自由・お子様連れ歓迎)

他 北海道がん対策基助成金事業、協力:北海道文教大学・市保健センター※北海道文教大学医療保健学部リハビリテーション学科佐藤明紀教授を中心に、大学教職員のサポートが受けられます。

③放課後かふえ「ひみつきち」

【小・中学生のための居場所づくり】

日 9月25日(水)16時~18時

所 いくみ会館

内 小・中学生あつまれ~!高校生、大学生のお兄さんお姉さんがゲームやおしゃべりをして、一緒に過ごしてください。大人には話せない、困っている事も、ここでは話せるかも!サポーター:高校生・大学生。保護者かかふえ はびナビカフェ「あたしん家」同時開催。子どもから少し離れた場所に、保護者かかふえスペースも準備しています。お子様が放課後かふえに参加していない保護者の方も歓迎です。

対 小・中学生

方 直接会場へ

他 【協力】北海道文教大学付属高等学校ボランティア部 【支援】市教育委員会社会教育課・家庭教育ナビゲーター・NPO法人おはな【主催】チームひみつきち※恵庭市学生版まちづくりチャレンジ協働事業

④ 依存症家族会

日 9月28日(土)13時~15時

所 市内(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の会。同じ問題で「悩み」「苦しみ」自分ではどうにもならなくなり、ここへどっり着いた人たちがばりです。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回市内開催。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【薬物(市販薬・処方薬OD含む)・アルコール・ギャンブル・ネットなどなんでも】どちらの市町村からも参加可能)

方 電話、公式LINE

他 共催:北海道依存症を抱える家族の会 会長 稲葉圭昭、恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

⑤ 依存症予防啓発普及事業「刑罰では依存症問題は解決しない?!」

【回復を応援し受け入れる社会へ】

日 9月28日(土)16時~17時30分

所 えにあす 会議室2、3

内 依存症への理解を深める講和のお知らせ。地域の多くの方に聞いていただきたいお話です。依存症もその家族も、依存症と言う病に悩まされ、孤立孤独しています。依存症と言う病気を正しく理解して頂き、再犯をなくし、地域の皆さんが安心安全に生活できるように、回復を応援する社会を目指したい。そんな思いで、依存症者が犯罪をした場合の、刑罰と刑務所内での措置について、普段なかなか聞かなくて出来なかったお話をして頂きます。

対 どなたでも

講 皇山 茂祥氏(法務省旭川保護観察所 企画調整課長 社会福祉士・精神保健福祉士・公認心理士・ASK認定依存症予防教育アドバイザー)

他 恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

《共通》
費 無料
問・申 NPO法人おはな 石上
(☎080-4044-8313/メール:
npooohana13@gmail.com /公
式LINE「NPO法人おはな」)

■市民囲碁大会

日 9月22日(日・祝)12時30分～
(受付開始12時)
所 基席えにわ
費 参加費1,200円
問 小崎(☎33-5283)

■恵庭おもちゃクリニック

日 9月23日(月・振休)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、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、
翌月の第4月曜午前同一会場返却と
なります。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
問 村本(☎090-7058-6996)

■恵庭混声合唱団コンサート

日 9月23日(月・振休)14時開演
所 市民会館 大ホール
内 合唱曲の演奏 1ステージ:愛の花、
思い出、夢をあきらめないで、糸(男
声合唱)/2ステージ:混声合唱組曲
「水のいのち」/3ステージ:星をたう
より たなばたさま、星の世界、星
に願いを 他
対 どなたでも
定 なし
費 入場料1人500円(中学生以上)
方 直接会場へ(当日券をお買いもた
めください)
問・申 松崎(☎090-1380-
8035)

■南恵庭駐屯地創設72周年・第3施設 団創設63周年記念行事

日 9月29日(日)9時～14時30分
所 陸上自衛隊南恵庭駐屯地
内 戦車や施設器材の迫力ある観閲
行進や、装備品展示、戦車等試乗、よ
さこい演舞、野外売店など。
対 どなたでも
費 無料
方 直接会場へ
問 南恵庭駐屯地第3施設団第1科広
報班(☎32-3101・内線261)

■第9回めぐみのジャズコンサート

日 10月5日(土)14時～16時(開場
13時30分)
所 恵み野会館(恵み野北2-12-2)
内 「Be Be」&「Route36 Quintet」
の2バンドによる演奏です。
定 170名(先着順、満席になり次第)
費 無料
方 事前申込不要
他 ソフトドリンクのみ可、詳細は「恵
み野西町内会」ホームページでご覧
いただけます。
問 吉田(☎37-0356)

■第47回本のリサイクル市開催

日 10月6日(日)10時～14時
所 図書館本館、玄関前、中庭
内 市民から提供して頂いた不要本の
再活用を目的に行う恒例のリサイク
ル市。単行本、絵本など。

対 どなたでも
費 無料
持 マイ袋をご持参ください。
問 図書館本館(☎37-2181)

NPO法人 えにわ市民プラザ・アイル イベント情報

所 恵庭市本町110 他 [営業時
間]110時～17時 [休業日]日曜・
祝日・棚おろし9月30日(月)
問・申 ☎39-3355

■「ビーズ・レッスン」

レース風ネックレス&イヤリング
日 9月5日(木)10時～12時
内 中難度作品のため2回に分けて実
施(一回のみ参加でもOK)作品サン
プルはアイルに展示しています。
対 どなたでも
定 3人(申込順)
講 田上 真理子さん(マリネット・ビーズ)
費 各2,800円(材料費1,800円込み)
持 ハサミ、あれば工具
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■*花育講座*

「大人の花育フラーワームソッド®体験」
日 9月7日(土)13時～14時30分
内 フラーワームプロジェクトを作りなが
ら、切り花を通して自身の本質を楽しく
探っていきます。
対 どなたでも(親子参加大歓迎)
定 各5人(申込順)
講 山田 きみ子さん(Amber*花の
ある暮らし 花育講師)
費 1,500円(材料費込み)
持 手ぶらでOK
方 電話(要予約)☎39-3355
限 開催日の2日前
他 作品はお持ち帰りできます。

■池田玲子先生のコミュニティース トラン

日 9月9日(月)10時30分～13時
内 ①とり肉の照り焼き②小松菜のオ
ムレツ③春雨サラダ
対 どなたでも
定 10人(申込順)
講 池田 玲子さん
費 600円(コーヒー別)
方 電話(要予約)☎39-3355
限 9月6日(金)まで

■フットケア体験

足もとから美容と健康を考える(足の
お悩み相談)
日 9月10日(火)10時15分～16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)☎39-3355
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。

■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 9月11日(水)13時～16時
内 占いは自分を知るための最強のア
イテム
対 どなたでも
定 7人(申込順)
講 山田 小百合さん
費 1,500円(20分)
方 電話(要予約)☎39-3355

限 前日まで

■「洋服のお直し相談会」

日 9月14日(土)13時～16時
内 主に婦人服リフォーム。ズボンやス
カートの裾上げ、ファスナー・ボタンの
付け替えなど、できる範囲でお直し
いたします。
対 どなたでも
定 6人(申込順)
講 田中 礼子さん
費 500円～
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■「心を癒す筆文字アート～な～」

筆ペン、色彩などを使って自由な発
想で表現するアートです。
日 9月14日(土)13時～16時
対 どなたでも
定 6人(申込順)
講 なおさん
費 500円
持 絵の具・ペンてる毛筆(中字)・水
筆 ぱれっと・落書き帳
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで
他 ごちからも用意はありますが、お
道具をお持ちの方は、ぜひ使い慣れ
たものをご持参ください。

■「薬膳ランチ・選べる薬膳茶付き」

みんなで体に優しく美味しいランチを
食べましょう♪
日 9月18日(水)12時～16時30分
内 14時からの体質診断・ハンドマ
ッサージの予約ができます。(別途料金)
対 どなたでも
定 13人(申込順)
講 銀時薬膳室 池端 芳江さん(和漢
薬膳師・ハンドリフレクソジスト)
費 各800円(体質診断・ハンドマ
ッサージ各500円)
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■アクセサリーのメンテナンス

日 9月21日(土)13時～15時
内 真珠のネックレスの糸替え・宝石な
どの洗浄や金具の修理。
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)☎39-3355
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 9月21日(土)13時～16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 6人(先着順)
講 Cait・Sith青木さん
費 100円～
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■映画上映会「だから映画はやめら れない！」

上映!「インポッシブル」2012年・ス
パイクン・54分
日 9月21日(土)18時～20時
内 2004年スマトラ島沖地震の大津
波で被災したイギリス人一家の実話
を映画化。親子の絆が胸を打つ。主演
/ナオミ・ワッツ、イワン・マクレーガ
ー
対 どなたでも
定 25人
講【解説】Eniwaの映画小僧ヒロさん
費 無料
方 直接会場へ

限 前日まで

■スマホのギモン解決!相談会

個別でスマホの困った!を解決しま
しょう
日 9月24日(火)14時～16時30分
内 お店のアプリやQRコード読み取り、
LINEの使い方などをお手伝いいた
します。
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 上野 かおりさん(デジタル推進員)
費 500円(30分)
持 ご自身のスマホやタブレット。筆記
用具。
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■「つるんとヘルシー、薬膳スイ ーツを食べよう！」

美味しい、ヘルシー、幸せスイーツと
選べる薬膳茶付き
日 9月25日(水)13時～16時
内 中医学に基づく体質診断と反射区
によるハンドマッサージも承ります
対 どなたでも
定 10人(申込順)
講 池端 芳江さん(銀時薬膳室 和漢
薬膳師・ハンドリフレクソジスト)
費 500円(ご希望で、体質診断・ハン
ドマッサージも出来ます。各500円)
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

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

①基礎編
日 9月6日(金)13時～15時
内 よく見るカタカナ用語の意味を解
説、地図アプリやカメラアプリの練習
やLINEの使い方を練習。
限 9月5日(木)17時
②便利編
日 9月20日(金)13時～15時
内 前回の基礎編の復習、LINEグ
ループの作り方など操作の応用、悪
質なアプリの広告等への対処法やス
マホ便利機能の紹介。
限 9月19日(木)17時
③スマホなんでも相談室
日 10月4日(金)13時～15時
内 基礎編、便利編の復習やスマホに
関する質問に個別対応します。(1人
10分程度の予定)
限 10月3日(木)17時

《共通》

所 えにあす 会議室4
対 どなたでも(年齢制限ありません)
定 各20人(申込順)
講 ワークスコープ恵庭地域福祉事
業所「ハッピー-job様
費 100円(資料代)、当センターの会
員は無料
持 スマートフォン、筆記用具
方 電話(お名前とご連絡先をお知
せください。)
他 1回の参加でも可

■LaLaLaみんなdeうんどうかい

日本人も外国人もレクリエーションを通
して顔見知りになろう!
日 10月3日(木)18時30分～20時
30分
所 えにあす ホール
内 子どもから大人まで楽しめる簡単
な競技、玉入れ、すずらん踊りなど。
見学も可。
費 無料
方 直接会場へ

恵庭市市民活動センター情報設置場所

・えにあす・市役所・島松支所・恵み野出張所・中恵庭簡易郵便局・図書館本館・図書館島松分館・島松公民館・かしわのもり・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・フレズポ恵み野・まちスポ恵み野・かのな・センターハウス