

# 恵庭市市民活動センター情報 10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:10月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)前半9時30分~10時40分、後半11時~12時10分/B:10月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)10時~11時10分/C:10月7日(月)、21日(月)、28日(月)10時~11時10分  
所 A・B:生涯学習施設かしのもり会議室/C:えにあす 会議室2

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(男性もご参加いただけます)

##### ②やさしい椅子ヨガ

日 10月5日(土)、19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 10月12日(土)、26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  
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 10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 10月5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(個人マターだが使用を推奨)・(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)

研修セミナー  
主催 視覚障がい者フロンティア協会  
日 10月6日(日)10時~12時(開場9時40分)  
所 福祉会館 大会議室  
内 ①災害に備えて②もしもの時のいつものラジオ  
対 どなたでも(当日手話通訳あり)  
定 40人  
講 ①危機管理参与地域防災マネージャー 谷口 和三氏②地域FM放送 e-niwa 取締役 三浦 真吾氏  
費 参加無料  
方 直接会場へ  
他 当日はマスクをご着用下さい  
問 会長 小川(☎080-9003-2561)松本(☎32-8999)

#### ■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21日(月)18時30分~21時、10月25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 ①10月9日(水)15時~15時40分  
②10月10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)

■風にそよぐ木々のうた  
ラプフルートの響きに包まれるひととき  
日 10月12日(土)13時~16時  
所 夢創館  
内 未曾有の津波で流された陸前高田・松林の赤松(女松)。力尽き、切り倒された南相馬・かしまの黒松(男松)島松でめぐりあいひびきあう、ラプフルートと舞いのセッション。【出演】ブルーレイパン他  
対 どなたでも  
定 120人(申込順)  
費 前売り2,000円、当日2,500円  
方 直接会場へ  
他 同時開催 ゆるゆるふわふわ木々の響きと舞う(10時開催、参加料1,000円)

問 小野(☎090-8906-9916)高田(☎090-6210-7781)

#### ■NPO法人おはな

①依存症家族会  
日 10月12日(土)14時~16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、こころへどどり着いた人たちがばかりです。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、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 稲葉主昭、恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

②居場所づくり「ふれあいサロンおはな」  
日 10月12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。ポソツと愚痴をこぼしたり、おしゃべりするなどで、元気をとりもどしたり...様々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)

③がんサロンおはな  
日 10月23日(水)10時30分~12時  
所 北海道文教大学 9号館 多目的室  
内 リラックスムードでおしゃべりTime & ゆるーい運動Time & 健康チェック。どれも自由参加。お互いの悩みや不安を共有し、情報交換や血圧、筋肉量、水分量などを計測出来ます。  
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、どちらの市町村からも参加可能)  
方 直接会場へ(出入り自由・お子様連れ歓迎)  
他 北海道がん対策基金助成金事業、【協力】北海道文教大学・市保健福祉部保健課 ※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、大学教職員の手サポートが受けられます。※10月19日(土)9時~15時がん啓発イベント「虹いろ」を開催します。詳しくは公式LINEほかSNSでご覧ください。

④放課後かふえ「ひみつきち」  
日 10月23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、一緒に過ごしてくれます。大人には話せない、困っている事も、ここでは話せるかも!保護者かふえ 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・NPO法人おはな・はびナビネットワーク【主催】チームひみつきち【サポーター】高校生・大学生  
※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」)

■「恵庭市長杯」恵庭市民弓道大会  
恵庭弓道連盟主催  
日 10月14日(月・祝)9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7日(月)  
他 弓道経験のある方はお気軽にご参加下さい  
問・申 小田(☎37-1671)

■楽々歩こう会  
初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪  
日 10月19日(土)9時30分集合(小雨決行)  
所 集合場所:恵み野駅西口  
内 奥の道(5.5km)  
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148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19日(土)13時~15時30分  
所 恵み野北会館  
内 終戦・教育改革最後の青春爆発の旧制高校生、同じ体験の原作者、監督が描いた「ダウントウンヒーローズ」(1988年・松竹)を鑑賞する。  
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)

■市民囲碁大会  
日 10月27日(日)12時30分~(受付開始12時)  
所 幕屋えにわ  
費 参加費1,200円  
問 小崎(☎33-5283)

■**恵庭おもちゃクリニック**  
 日 10月28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、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、取扱い説明書、入っていた箱もあれば)  
 方 直接会場へ  
 問 村本(☎090-7058-6996)

**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】10時～17時【休業日】日曜・祝日・棚おろし10月31日(木)  
 問・申 ☎39-3355

■\*花育講座\*  
 「大人の花育フラワーメソッド®体験」  
 日 10月5日(土)13時～14時30分  
 内 フラワーアレンジメントを作りながら、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  
 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。

■**ドライヘッド、デコルテ集中 新メニュー始めます!**  
 体質診断、ハンドマッサージ、薬膳茶  
 日 10月8日(火)13時～16時  
 内 いつものメニューの料金見直しと共にお試し価格で新メニューが登場!健康と癒しに♪

対 どなたでも  
 定 6人(申込順)  
 講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂 和漢薬膳師・ハンドリフレクソロジスト)  
 費 体質診断・ハンドマッサージ各1,000円、新メニュー500円、薬膳茶150円  
 方 電話(要予約)☎39-3355  
 限 前日まで

■**「心を癒す筆文字アート～なお～」**  
 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 10月12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・ペンを毛筆(中字)・水筆・パレット・落書き帳  
 方 電話(要予約)☎39-3355  
 限 前日まで  
 他 こちらに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。

■**「洋服のお直し相談会」**  
 相談は無料です。毎月第2土曜日を予定しております。  
 日 10月12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  
 持 直してほしいもの  
 方 電話(要予約)☎39-3355  
 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(足のお悩み相談)  
 日 10月15日(火)10時15分～16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)③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 10月16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

■**アクセサリーのメンテナンス**  
 日 10月19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

■**「編み物と樹脂粘土の作品展」**  
 毛糸に恋して  
 日 10月19日(土)～26日(土)10時～17時  
 内 一年かけて編みためた作品の展示です。初めての会員もがんばって編んでいます。(一部販売いたします)  
 対 どなたでも  
 講 大竹 知子さん  
 費 無料  
 方 直接会場へ

■**パワーストーンプレスレットの浄化とゴム交換**  
 日 10月19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お返しします。※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

■**池田玲子先生のコミュニティーレストラン**  
 皆で楽しく作って、美味しく食べましょう!  
 日 10月21日(月)10時30分～13時  
 内 メニュー(チャイニーズおこわ、かぼちゃのグラタン、サンマの唐揚げマリネ)  
 対 どなたでも  
 定 10人(申込順)  
 講 池田 玲子さん  
 費 600円(コインズ別料金)  
 持 マスク・エプロン・頭巾・フキン  
 方 電話(要予約)☎39-3355  
 限 定員になり次第

■**「罪悪感を感じずに楽しむスイーツ」**  
 体質診断、ハンドマッサージ、ドライヘッド、デコルテも承ります  
 日 10月23日(水)13時～16時  
 内 米粉を使ったバナナのパウンドケーキです。皆でほっこり笑顔になりましょう!  
 対 どなたでも  
 定 10人(申込順)  
 講 池端 芳江さん  
 費 スーツ500円(薬膳茶付)、その他500円～1,000円のメニューあり。  
 方 電話(要予約)☎39-3355  
 限 前日まで

■**映画観賞会「だから映画はやめられない!」**  
 上映/「EXITイグジット」サバイバルバニック2019年・韓国・104分  
 日 10月26日(土)18時～20時  
 内 有毒ガスが蔓延した都市から脱出するためのサバイバルを描く。【監督】イ・サンウン、【主演】チョ・ジョンソク、ユナ(少女時代)  
 対 どなたでも  
 定 25人  
 講【解説】Eniwaの映画小僧ひろさん  
 費 無料  
 方 直接会場へ

**2024年度恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業 第2回審査会結果**

恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業について、審査の結果、次の通り採択が決定しましたのでお知らせします。なお、第1回審査会は事業の申請がなかったため、開催されませんでした。  
 問合せ先:NPO法人恵庭市市民活動センター運営協議会(☎0123-34-7000)

団体名	事業名	事業内容(かつこ内は協働担当課)
やさしい日本語教室inENIWA 実行委員会	やさしい日本語inENIWA	外国人技能実習生等に向け、日本語普及、日本文化紹介、外国人言語難民救済、コミュニケーション支援など。(企画課)
えこにわ	“えにわブルーサタごみ拾い”を通じたゼロカーボンアクションの普及啓発	ごみ拾い活動に楽ししいかけや工夫をし、市民の力でゼロカーボンシティの実現を目指す。(廃棄物管理課)
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	「はなふる」での庭づくり講習会 開催事業	「暮らしを恵む庭」の通年管理を利用し、庭の管理技術の講習を行う。テーマを絞った単発の講習会。4回開催。(花と緑・観光課)
NPO法人おはな	依存症予防啓発普及事業	依存症の理解を深めるため、予防教育と予防啓発セミナーを開催。(保健課)
えにわウォーキングフットボール実行委員会	えにわウォーキングフットボール体験会(歩くサッカー)	国籍及び性別・年齢・障がいの有無を問わず楽しくスポーツに触れ合う。(健康スポーツ課)
チームSou/ ☆ごみ☆バスターズ	みんなで一緒に考えよう!「恵庭のごみ」～ごみ分別とフードロス～	子どもから大人までを対象に市廃棄物処理施設の見学と環境問題を考えるグループワーク。(廃棄物管理課)
えにわフットパス愛好会	はなふる・恵み野オープンガーデン 巡りフットパス	恵庭花とくらし展と連携した「はなふる・恵み野オープンガーデン巡りフットパス」の開催。(花と緑・観光課)
From E... 恵庭ヨガフェス実行委員会	えにわ音楽・芸術・フード 応援フリーペーパー 恵庭ヨガフェス	北海道の音楽・芸術・フード情報を恵庭から発信する。市内や近郊の情報も道内外に発信し魅力を伝えていく。(社会教育課) イベントを通じた地域貢献(運動療法、健康増進)。新しいお祭りの創出。市内及び近郊のお店を紹介することによる地域振興。(健康スポーツ課)
恵庭国際交流プラザ	恵庭市多文化共生フェスタ2024における文化紹介ブース出展事業	市内及び近郊に住む外国人とともに各国の紹介ブースを出展し、多文化共生フェスタ2024を盛り上げる。(企画課)
恵庭クラフト・アコースティックフェス 実行委員会	恵庭クラフト・アコースティックフェス2024	「ものづくり職人」「クラフト作家」「ミュージシャン」を集め、音楽と一緒に楽しめるイベントを開催。(社会教育課)
認定NPO法人まちづくりスポット恵み野	こども防災キャンプ	災害に備えて、テント設営、炊出し等必要なことを楽しみながら体験する事業。(基地・防災課)

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・福祉屋内運動広場・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・フレソボ恵み野・まちソボ恵み野・かのな・センターハウス