恵庭市市民活動センター情報 2 月

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。



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

【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

国日時 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 間 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

- 2月3日(土)、17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。
- ☑ どなたでも(男性もご参加いただけ ます)

②シニアヨガ

- A:2 月 5 日(月)、12 日(月•振休)、19 日(日), 26 日(日) 10 時~11 時/B:2 日 6 日(火)、13 日(火)、20 日(火)、27 日 (火)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(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

- 2月10日(土)、24日(土)10時30分 /11 時 45 分
- 所 えにあす 会議室 2
- 🗖 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)
- **樹** 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)、長めの夕 オル、飲み物
- ┏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

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

- 2月3日(土)12時30分~17時
- 配 恵み野会館
- 内 4 局対局A・Bグループ分けは当分し __ ません(対局人員による)。1~5 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ます。
- 図 どなたでも
- 定 50 人

費 500 円(会場費・景品代他)

- 당 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
- **万** 直接会場へ(時間厳守)
- (値) 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)

■恵庭分館おはなし広場

- ①2 日 8 日 (木) 11 時~11 時 40 分② 2月14日(水)15時~15時40分
- 所 えにあす ①会議室 4②えほんハウ
- 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読み聞かせの会「知恵 袋1②フトーリーショッフ
- 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」
- 2月12日(月•振休)18時30分~21 時、2月23日(金・祝)10時~14時
- 所 福祉会館
- ☑ 不登校・ひきこもりについて、一緒に 考え学びあう親の会
- 7 300 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!
- 2月14日(水)、28日(水)10時~12
- 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 月額 500 円
- 問 山岡(☎33-3023)

■NP0 法人お<u>は</u>な

①つながりサポート女性支援事業「女性 による女性のための居場所づくり」

- 🔳 2月14日(水)10時~12時 所 えにあす クッキングスタジオ
- 女性限定サロン。年齢問わず、相談 の有無に関わらず、参加歓迎。様々な悩 み相談お聴きしています。楽しいお話も ありです。お気軽にご参加ください。ハ イブリッド開催。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。(公式 LINE からコメントくださ
- 対 女性限定
- 曹 無料
- **万** 直接会場へ(出入り自由)、オンライ ン参加ご希望の方は、公式LINEほかSN Sから
- 他 市委託事業
- ②TC(トゥルーカラーズ)入門講座

【つながりサポート女性支援事業~えに

わ地域サポーター養成~】

- 2月17日(土)10時~13時
- 所 黄金ふれあいセンター 会議室 B
- 内 楽しく学ぶ参加型の講座。TC プログ ラムの 3 つの柱は、自分を知る、相手を 知る、違いを受け入れる。人間の持つ気 質を「オレンジ」「グリーン」「ブルー」「ゴ ールド」4 つのカラーで表現。人間関係・ チームワークの向上・ストレス軽減・自己 開発など、幅広く活かすことが出来ま す。※サロン運営など活動のサポートを してくれる方募集中
- 対 市在住の方
- 定 20人(申込順)
- | 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 1/-+-
- 費 市在住の方無料(通常 9,000 円)
- 方電話、公式 LINE (託児あり)
- 他 市委託事業
- ③女性限定『こころスッキリ! グチかふ ぇ』~愚痴・悩み・要望など…どこに言え ぱいい?!をここで!~
- 【つながりサポート女性支援事業】
- 2月17日(土)14時30分~16時
- __ で、言ったらダメ!みたいな日本社会。 日頃、頑張っている女性のみなさん!愚 痴っていいと思います。職場でのこと、 家族のこと、恵庭ってこんなところがね …なんてお話でも大丈夫。悩み、相談、 要望など、お聞かせください。秘密厳 守。珈琲きゃろっとさんの美味しいコーヒ - を飲み、癒されながら…
- 対 女性限定
- ネーター)、浅野 小百合さん(珈琲きゃ ろっと コーヒーマイスター)
- 費 無料
- 方 公式 LINE (出入り自由、託児あり)
- 他 市委託事業

④ストレスケアとアサーティブ講座

- 【つながりサポート女性支援事業~えに わ地域サポーター養成~】
- 2月18日(日)10時~13時 所 黄金ふれあいセンター 会議室 B
- ☑ 楽しく学ぶ参加型の講座。自分も相 手も尊重し、誠実・率直・対等に、自分の 要望や意見を相手に伝えるコミュニケ ーションです。えにわ地域サポーター養 成講座に参加したことが無い方も参加 できます。※サロン運営など活動のサポ ートをしてくれる方募集中
- 対 市在住の方
- 20人(申込順)
- 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)
- 置 市在住の方無料
- 方 電話、公式 LINE (託児あり)
- 他 市委託事業
- ⑥がんサロンおはな~がん患者家族遺

族会~ 特別企画

【心を癒す 絵本読み聞かせと手話】

- 2月22日(木)10時30分~11時30
- 所 えにあす クッキングスタジオ
- □【特別企画】心を癒す、絵本読み聞か せと手話です。言葉に出して話せない 時に、手話を使ってなら話せることもあ ります。【がんサロン】患者さんやその家 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。秘密厳守、安心してご参加くださ い。ハイブリッド開催。
- 対 どなたでも(がん種問わず、どちらの 市町村からも参加可能)
- **記** 20 人

費 無料

- 講 水野 みどり(生涯学習コーディネー ター)
- 方直接会場へ(出入り自由)、公式 LINE (オンライン参加の方) 他 正力厚生助成金事業、北海道がん対
- 策基金助成金事業
- ⑥依存症家族会~Ohana~
- 2月23日(金•祝)14時~16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、ここへだどり着いた人た ちばかりです。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)でご参加いただきます。毎月 1 回恵 庭市と近郊で開催。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
- 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)
- 費 無料 方 電話、公式 LINE
- ⑦居場所づくり「ふれあいサロンおは なし
- 2月23日(金•祝)18時~20時
- えにあす 会議室1
- 🗖 気軽に立ち寄ることが出来、自由な 時間を過ごせる場所。ボソッと愚痴をこ 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(子どもから大人まで、ど ちらの市町村からも参加可能)
- 費 無料
- 万 直接会場へ(出入り自由)

- 他 お気軽にご参加ください。公式 LINE ほか SNS、ホームページからもご相談お 受けしています。
- 問 · 申 NPO 法人おはな 石上 (全080-4044-8313 / メ - ル: npoohana13@gmail.com/公式 LINE「NPO 法人おはな!)

■楽々歩ごう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます

■ 2月17日(土)9時30分集合(小雨 決行)

- 所 集合場所:恵庭駅東□
- ▼のコース No.1(4.0km)
- 図 どなたでも
- 置 200 円(保険料含)
- タオル、水、帽子、滑らない靴 持
- 間 山岡(☎33-3023)

■第 140 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

- 2月17日(土)13時~
- 所 恵み野北会館
- 内 140 回を記念して当日、リクエスト 4 作品を告知し入場者の第 1 位作品を上 映する企画とします。お楽しみに。
- 対 どなたでも
- 20 人(先着順)
- 費 無料
- マスク着用 持
- 直接会場へ
- 問 ネットワーク夢 渡邉(☎36-4316)

市民囲碁大会

- 2月25日(日)12時30分~(受付開 始 12 時)
- 所 碁席えにわ
- 置 参加費 1,200 円
- 問 小崎(☎33-5283)

■恵庭おもちゃクリニック

- 2月26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、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。
- 置 原則無料(交換部品は有料)
- **勝** おもちゃ本体付属品(壊れはずれた 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)

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
- **万** 利用料金をご用意の上、ご来社のみ による先着順
- 限 【申込開始日】2 月 9 日(金)~3 月 29 日(金)※全区画完売となった場合は、 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 農機具貸出(一部) など
- 問 恵庭市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)

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・2月29日(木)棚卸し間・申 **2**39-3355

■体質診断・ハンドマッサージ・薬膳茶で 寒い冬を乗り切りましょう

- ①2 月 6 日(火)13 時~15 時②2 月
- 21日(水)12時~15時 内 ①ハンドマッサージ・体質診断・薬膳
- 茶②薬膳ランチと薬膳茶※①、②両日薬 膳茶だけでも 150 円で提供いたします
- 対 どなたでも
- 定 10 人(申込順)
- 講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂 和漢 薬膳師・登録販売者)
- 費 ①500 円②800 円
- 方 電話(要予約)
- 限 前日まで

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

- 2月14日(水)13時~16時
- 内 あなたの 2024 年を占います

- 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)
- 電話(要予約)
- 限 前日まで

■アクセサリーのメンテナンス

- 目 2月17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
- 5人(申込順)
- 講 吉田さん
- 費 500 円~
- 方 電話(要予約)
- 限 前日まで

■パワーストーンブレスレットの浄化とゴ ム交換

- 目 2月17日(土)13時~15時
- 内 家で眠っているパワーストーンブレ 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
- 5人(先着順)
- 講 Cait•Sith 青木さん
- 100 円~
- 電話(要予約)
- 限 前日まで

■池田玲子先生のコミュニティーレスト

- 2月19日(月)10時30分~13時
- 内 ①キャベツの肉巻きフライ②豆腐と キノコあんかけ③じゃがいもの韓国風お 好み焼き
- 対 どなたでも
- 定 10 人(申込順)
- 講 池田 玲子さん
- 600円(コーヒー別)
- 持 ふきん、エプロン、頭巾
- 雷話(要予約)
- 限 2月17日(土)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)
- A:2 月 24 日(土)10 時 15 分~16 時

- /B:2月27日(火)10時15分~13時15
- 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 A:6 人(申込順)B:4 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。

■映画観賞会「だから映画はやめられ ない!

上映「エール!」~届け!心の真ん中に

目 2月24日(土)18時~20時

- 内 家族の中で一人だけ耳が聞こえる 少女の歌声が起こした愛の奇跡(制作) 2014 年フランス映画【監督】エリック・ラル ティゴ
- 定 25人
- 講【解説】Eniwa の映画小僧ヒロさん
- 曹 無料
- 方 直接会場へ
- 限 前日まで

■「楽しく!アプリ活用術セミナー♪写 真フォトアプリ編」

すべてのスマホ・タブレットに搭載されて いる写真アプリを使います

- 目 2月28日(水)13時~14時30分(14 時~質問タイム)
- 内 見たい写真がすぐに探せる便利機 能やあとで写真を楽しめる機能などを 実際に使えるようになります。
- 対 どなたでも
- 定 10 人(申込順)
- 講 上野 かおりさん(デジタル庁認定デ ジタル推進委員)
- 費 800 円(資料 300 円込み、60 分程
- 持 お持ちのスマホ、タブレット、筆記用
- 方 電話(要予約) 限 前日まで



5± 17:00 20:00 17:00~

- ●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13:00~20:30
- ●恵庭市生涯学習施設かしわのもり ●鳥松ひがし公園 11:00~20:00 売店あり
- ●島松駅前ロータリー
- Blue Moon Hair

- ●アルファコート緑と語らいの広場 えにあす
- 17:00~20:00 ●恵庭駅通商店街店舗前等 16:00~20:00

413:30~20:30

16:00~17:30

●恵み野中学校 ●恵み野駅前へ

恵み野商店会

●恵庭市民スキー場 -般参加15:30~19:00 赤色表記の会場はキャンドル製作などの一般参加ができます

参加団体

■えにわシーニックブロジェクト ■恵庭観光協会 ■恵み野商店会 ■島松鳴子まつり実行委員会 ■恵庭テクノバーク友好会 ■サッポログループ物流(株) ■(株) サンガーデン ■黄金ふれあいセンター ■恵庭市生涯学習施設かしわのもり ■NPO法人康庭市市民活動センター運営協議会・ONE STEPえに ■恵庭市ボランティアサークル・シバラ ■恵庭スキー連盟 ■恵庭南高等学校 ■恵座中学校 ■恵田中学校 ■恵み野中学校 ■黄金北町内会 ■黄金中央町内会 ■黄金南町内会 ■恵庭駅通商店街振興組合 ■島松東町町内会 ■黄金イザービス ■チャリティヨガ実行委員会 ■(株) ガーデンシティ 恵庭 ■恵庭まちづくり協同組合 ■デリシャス(株) ■東庭おむずび表びす ■フェアフィールド・バイ・マリオット・北海道之にも ■別に 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会議 ■他たくさんの個人ボランティアのみなさん

主催:えにわシーニックナイト実行委員会 共催:シーニックパイウェイ北海道 支効洞能ニセコルート代表者会議 後援:北海道開発局札幌開発建設部、石狩振興局、東庭市、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パイウェイ支援センター 協賛:一般社団法人思庭観光協会、株式会社工川根、デリシャス株式会社、株式会社ガーデンシティ恵庭、恵庭まちづくり協同相合、恵庭おむす び気びす、庭 books、bosco 両生用ローソク提供(約あいブラン(やわらぎ竜電センティア 28、やわらざ音電場で、かわらざ音電場 第、やわらざ春暖前別底、やわらざ春暖1別28、やわらざ春暖1間28、やわらざ春暖1 第、やわらざ春暖前別28、やわらざ春暖11別28、やわらざ春暖11度、やわらざ春暖1 第、4、おは春暖10歳、やわらざ春暖11別28、中のらざ春暖11度、やわらざ春暖1 第、4、おは春暖10歳、からでまた。大山に出会えるルート Aroute with beautiful lakes,monatains and volcanoes, 古間合せ/事務局 090-6219-9602 久保

