

恵庭市市民活動センター情報 3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。

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

■ヨガセラピー

①やさしい椅子ヨガ

日 3月2日(土)、16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(男性もご参加いただけます)

②シニアヨガ

日 A:3月4日(月)、11日(月)、18日(月)10時～11時/B:3月5日(火)、12日(火)、19日(火)、26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

日 3月9日(土)、23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。

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 3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 3月2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。

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)

■NPO 法人おはな

①女性限定 子どもと一緒にアンガーマネジメントで自己肯定感を高めよう!～子どものイライラにどう向き合う?～【つながりサポート女性支援事業】

日 3月4日(月)10時～12時

所 えにあす 会議室 8-1

内 子育ての悩み、たくさんあるけど...今回のテーマは、「イライラ」。子ども、お母さんも、イライラしちゃうことってあると思います。怒りのコントロールをしやすくするためのヒントをお話します。子連れ参加大歓迎

対 女性限定

講 岡田 詩織さん(tette momiji)

費 無料

方 直接会場へ(出入り自由)

他 市委託事業

②がんサロンおはな

【がん患者家族遺族会】

日 3月11日(月)10時～11時30分

所 えにあす クッキングスタジオ

内 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。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。ホームページ、ショートメール、SNS からお気軽にお問い合わせください。

対 がん患者さん家族遺族など(がん種問わず、どちらの市町村からも参加可能)

費 無料

方 直接会場へ(出入り自由)

他 北海道がん対策基金助成金事業

③依存症家族会～Ohana～

日 3月16日(土)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、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)

費 無料

方 電話、公式 LINE

④居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

【特別企画 レク de コミュニケーション】

日 3月16日(土)18時～20時

所 市内(お申し込みの方にお知らせいたします)

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

方 公式 LINE、ホームページからメール

限 3月14日(木)

＜＜共通＞＞

問・申 NPO 法人おはな 石上(☎080-4044-8313 / メール: npohana13@gmail.com 公式 LINE「NPO 法人おはな」)

■3月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 3月11日(月)18時30分～21時、3月29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 3月13日(水)、27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 ①3月13日(水)15時～15時40分 ②3月21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)

■恵庭美術協会 会員企画展

テーマ「時」

日 3月14日(木)～17日(日)10時～18時(最終日16時まで)

所 夢創館

内 恒例の企画展を開催します。会員それぞれがテーマに沿って制作した作品を展示いたします。ご来場をお待ちしております。

問 事務局 武藤(☎36-6607)

■菜々歩こう会

初心者の方でも気軽に楽しく歩けます♪

日 3月16日(土)9時30分集合(小町決行)

所 集合場所:恵み野駅東口

内 冬のコース No.2(5.0km)

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 山岡(☎33-3023)

■第141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 3月16日(土)13時～

所 恵み野北会館

内 演歌、ジャズ、慰問、画個展など多彩な人生を過した八代亜紀を追悼し「トラック野郎度胸一番星」(昭和52年・日本)を上映する

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 ネットワーク夢 渡邊(☎36-4316)

■恵庭おもちゃクリニック

日 3月25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。部品の交換が必要なときは、部品の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。交換する部品の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)

■市民囲碁大会

日 3月31日(日)12時30分～(受付開始12時)

所 碁席えにわ

費 参加費1,200円

問 小崎(☎33-5283)



募集中

■フォークダンス初心者無料講習会

世界の民族舞踊をやさしい曲から踊ります。

日 3月9日(土)、23日(土)、4月13日(土)、27日(土)、5月11日(土)、25日(土)13時～15時

所 恵み野会館

費 無料

持 上靴、汗拭きタオル、飲料水、動きやすい服装。

方 直接会場へ(予約不要)

他 軽いランニングができる程度の体力が必要です。コロナ対策で、マスクの着用・手指の消毒をして頂きます。

問 恵み野フォークダンスサークル 佐渡 ☎36-3485

■近い・安い・楽しい・恵み野家庭菜園仲間募集

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(日)3月末までお願いします

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・3月31日(日)棚卸し 問・申 ☎39-3355

■展示と販売「筆文字アート」

心の言葉を伝える、筆文字アートを御紹介させていただきます

日 3月2日(土)～9日(土)10時～16時

内 3月9日(土)12時～15時バースカードにお名前を入れて頂きます

対 どなたでも

定 なし

講 直さん(筆文字アーティスト)

費 無料

持 なし

方 直接会場へ

■体質診断・ハンドマッサージ・薬膳茶で体調を整えましょう

あなたの体は、春を待っています

日 3月6日(水)13時～15時30分

内 ハンドマッサージ・体質診断・薬膳茶(4種類)※薬膳茶だけでも150円で提供いたします

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・登録販売者・ハンドリフレクソロジー)

費 各500円

方 電話(要予約)

限 前日まで

■*花育講座*

チュールリップのリースを作ってみよう

日 3月9日(土)10時30分～12時

内 チュールリップのアーティフィシャルフラワーをメインに、春のお花で可愛らしいナチュラルリースを作ります♪

対 どなたでも

定 5人(申込順)

講 山田 きみ子さん(Amber*花のある暮らし 花育講師)

費 2,300円(材料費込み)

持 手ぶらでOK

方 電話(要予約)

限 開催日の2日前

他 親子参加大歓迎。作品はお持ち帰りできます。

■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 3月12日(火)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)

方 電話(要予約)

限 前日まで

■薬膳スイーツと薬膳茶で和みましょ

ご希望で、体質診断・ハンドマッサージもできます(要予約)

日 3月16日(土)12時～15時30分

内 薬膳茶だけでも150円で提供いたします(4種類)

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・ハンドリフレクソロジー)

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

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

■池田玲子先生のコミュニティーレストラン

日 3月18日(月)10時30分～13時

内 メニュー(ピーマンの肉詰め・タラのチリソース・大豆の五目豆)

対 どなたでも

定 6人(申込順)

講 池田 玲子さん

費 600円

持 マスク、エプロン、頭巾、フキン

方 電話(要予約)

限 定員になり次第

■フットケア体験

足もたら美容と健康を考える(足の悩み相談)

日 A:3月23日(土)10時15分～16時 / B:3月26日(火)10時15分～13時15分

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 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。

■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 3月25日(月)13時～15時

内 お店のアプリや紙の明細書廃止に伴う手続きなどをお手伝いいたします

対 どなたでも

定 4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SDカードを持参してください

方 電話(要予約)

限 前日まで

SCENIC NIGHT 2024
えにわシーニックナイト

市民活動センターでは、冬の賑わいづくりの一環として、えにわシーニックナイト2024へ参加しました。

施設前歩道の両側にランタンを並べ、当日17時から20時まで点灯しました。

当日は、学童クラブの児童と指導員、センター事務局スタッフにより製作設置。日が落ち周囲が暗くなると、カメラを抱えた方、親子連れなどが写真を撮る様子が見られ、大変好評でした。



令和6年度
恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

市民活動団体等が行うまちづくり事業に対し、補助する制度です。
あなたもまちづくりに参加してみませんか?

まちづくりチャレンジ協働事業

市民団体の創意と工夫で行政と協働のまちづくりにチャレンジ!

1次募集▶4月5日まで
2次募集▶5月10日まで
3次募集▶10月4日まで

学生版
まちづくりチャレンジ協働事業

学生の皆さんが社会や地域に貢献する事業を応援!

募集▶12月13日まで随時受付

令和6年度募集期間

一 募集開始(共通) 一
令和6年3月21日(木)

まずはお気軽にご相談ください!



問合せ・応募先

〒061-1442 恵庭市緑町2丁目1-1

えにあす内 恵庭市市民活動センター-運営協議会

☎ 0123-34-7000

FAX 0123-34-7008

🌐 <https://www.eniwachienet.jp/>

✉ info@eniwachienet.jp

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