

恵庭市市民活動センター情報 7月

City ENIWA civic activity center information

えにわ知恵ネット



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: 7月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)10時~11時10分/B: 7月7日(月)、14日(月)、21日(月・祝)10時~11時10分

所 A:生涯学習施設かしわのもり 会議室/B: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 7月5日(土)、19日(土)10時30分~11時40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)

③乳がん経験者のためのヨガ

日 7月12日(土)、26日(土)10時30分~11時55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で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)

■NPO法人おはな

①『ともにわ』

【恵庭市身障がい者交流事業】

日 7月5日(土)10時~15時

所 夢創館

内 地域の方に、障がい者の方の自発的支援について知って頂き、交流する事業です。「心のバリアフリー」の推進及び共生社会の実現を図ります。10時~13時〇就労支援事業所の紹介展示と物販〇パフォーマンスステージ〇スタンブリーなど/13時~15時〇ポッチャ大会

対 どなたでも(子どもから大人まで)

方 直接会場へ(出入り自由)

他 市中心身障がい者交流事業実行委員会 実行委員長(株)TCS international 武井

②がんサロンおはな 特別企画

【ウィッグについて学ぼう!誰でも気軽に参加できる「ウィッグ試着会」】

日 7月11日(金)18時30分~20時

所 えにあす 会議室1

内 北海道ヘアドネーション協会さんがウィッグについてのお話をして下さいます。実際に試着をして、ウィッグへの理解を深めて頂く特別講座です。ウィッグについて個別に相談がある方は、相談日を調整させて頂きます。

対 どなたでも(がん患者さんは勿論、どちらの市町村からでも、参加可能)

講 北海道ヘアドネーション協会

方 作成の事前申し込み、サロン参加の方は直接会場へ

他 北海道がん対策基金助成金事業

③小・中学生のための居場所「ひみつきち」

日 7月12日(土)10時~12時

所 花の拠点はおなふる暮らしを恵む庭集会施設

内 ゲームやおしゃべりをして、みんなで楽しく過ごします。高校生・大学生・地域の大人の方も参加大歓迎です。恵む庭には噴水があります。遊びたい方は着替えるの準備をお願いします。かき氷準備します。同時開催:はびナビカフェあしたん家。保護者カフェ、保護者同士の座談会の場です。お気軽にご参加ください。

対 どなたでも(小・中学生大歓迎)

方 直接会場へ

他 (協働)市保健福祉部 福祉課、恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

④親かふえ「いい親」になろうとして疲れていませんか?~アンコンシャスバイアスと向き合うおしゃべり時間~

日 7月25日(金)10時~12時

所 花の拠点はなふる暮らしを恵む庭集会施設

内 菜のはな助産院 末森結香さんのお話し。お気軽にお立ち寄り下さい。

対 その他

方 直接会場へ(出入り自由)

他 (協働)市保健福祉部 福祉課、恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

⑤「ともにカフェ」依存症の回復を支える人たちの集い
【依存症という病気を知るためのお話し】

日 7月26日(土)14時~16時

所 花の拠点はなふる暮らしを恵む庭集会施設

内 どなたでも参加可能なオープンの会です。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・ゲーム・ネットなどなんでも】、依存症と言う病気について理解をして頂くための講座です。気になる方は、お気軽にご参加ください。お話しは、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 どなたでも

方 電話、公式LINE

他 【相談役】北海道依存症者を抱える家族の会 会長 稲葉圭昭 【協働】市保健福祉部 福祉課 ※恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

⑥居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 7月26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、おしゃべりすることで、元気をとりもどしたり…様々なご相談を受けています。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)

他 【協働】市保健福祉部 福祉課、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:npoohana13@gmail.com /公式LINE「NPO法人おはな」)

■恵み野田基同好会

対局中はマスク使用を推奨!!今年度も棋力UPはもちろん!!対局マナー向上です!!何時ものとおとり、囲碁の成績は知恵ネットで!!

①恵み野田基 7月大会

日 7月5日(土)12時30分~17時

②恵み野田基 8月大会

日 8月2日(土)12時30分~17時

※共通>

所 恵み野会館

内 4局対局A・Bグループ分けは参加人員によります。1~5位他残念賞を用意!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)

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等の関係で休止も在ります

問 会長:須田(☎090-1307-3141)

■茂漁川Ideお宝発見!えにわブルーサンタごみ拾い

日 7月6日(日)10時~12時(受付開始9時45分)

所 生涯学習施設 かしわのもり 会議室 内 茂漁川沿いをごみ拾いしながら、講師やガイドと水辺の植物や生き物を探してスケッチしてみよう。野草茶の試飲あり

対 どなたでも

定 30人(先着順)

講 鈴木 玲氏(手稲さと川探検隊 局長)

費 300円(小学生以下無料)

持 火ばさ(貸し出し可)、動きやすい服装、必要に応じて軍手、着替え、虫取り網、虫かご等

方 メール

他 小学生以下は保護者同伴。川の中には入りません。雨天時は10時より室内

で行います。

問・申 えにわメール:info@eco-niwa.com

■恵庭ふあも!ファミリーボードゲーム会

日 7月6日(日)13時~16時

所 えにあす 会議室2

内 親子向けボードゲーム体験会。入退自由。予約申込不要。

対 4才~中学生までのお子様とご家族

定 24人(6家族)先着順

費 無料

持 なし

方 直接会場へ

他 Instagramアカウント:@eniwa_famibo

問 メール:eniwafamibo@gmail.com

■恵庭分館

①おはなし広場

日 7月11日(金)10時30分~11時10分

所 えにあす えほんハウス

内 乳幼児を対象とした絵本の読み聞かせを行います

定 10人(先着順)

②夏のスペシャルおはなし会

日 8月3日(日)11時~11時40分

所 えにあす 会議室4

内 「色」をテーマに絵本の読み聞かせを行います

対 幼児~小学生

定 20人(先着順)

※共通>

費 無料

方 直接会場へ

他 【出演者】図書館担当

問 図書館恵庭分館(☎34-8164)

■manmaru

①歩くまでの発達講座

【幼児期以降の発達をスムーズにする乳児期の土台作り】

日 7月12日(土)10時~11時30分

所 えにあす 会議室1

内 乳児期の運動発達は自己肯定感や社会性を育むための大切な土台となります。発達のお話と月齢に合わせたあそびをご紹介します。

対 1か月~歩くまでのお子さんとそのご家族

費 1,000円

持 外出に必要なもの、筆記用具、バスタオル

限 7月9日(水)

他 会場はカーペットのお部屋です。

②歩くまでの発達講座×WARAリズム

③コロバイレント

【ハイハイ~立つ編】

日 7月26日(土)10時~11時30分

所 えにあす 会議室1

内 ハイハイからひとり歩きに向けて育てたい体の機能ことばやコミュニケーションを育てる関わりについてお話と体幹を育てるふれあい遊びをします。

費 1,500円

持 外出に必要なもの、筆記用具、バスタ

オル、保護者の方は動きやすい服装
限 7月23日(水)
《共通》
定 各5組(申込順)
講 高橋 まみ
方 公式LINEまたはメールにて①当日いらっしやるお子さんとご家族のお名前②お子さんの生年月日③電話番号④気になること(あれば)をお知らせください。
問 manmaru高橋 まみ(☎090-9087-1464)
申 公式LINE: @689hsuoc / メール: jetkitchen0307@gmail.com

■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14日(月)18時30分～21時、7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、一緒に考えよう親の会
費 300円
問 今井(☎33-9513)

■楽々歩こう会
初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪
日 7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 梅花藻の道(7.1km)
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)

■よきよきの日 ハンドケアマッサージ &花遊び
日 7月19日(土) 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 &生活の中の器で花を楽しんでみませんか。
定 ①2人②2人③2人(予約済)
費 500円
方 電話(要予約)
問・申 田中(☎36-8406)葛西(☎090-6216-4480)

■第157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19日(土)13時～15時30分
所 恵み野北会館
内 追悼篠田正浩監督・愛妻岩下志麻主演、終戦前の一年間富山を舞台に東京から疎開してきた少年と地元の少年との友情を描く「少年時代」(1990年)を上映。
対 どなたでも
定 20人(先着順)、初めての方事前申込み必要
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)

■恵庭市文化協会親子文化体験フェスティバル
文化・芸術ってこんなにもしろい！
日 7月26日(土)9時30分～16時
所 市民会館 2階
内 生け花・書道・手芸・絵画・着物着付・日舞・詩の教室・クラシックバレエ・大正琴・ヴァイオリンの初歩の文化・芸術を親子でカルチャー体験
対 小学生の子供と親(保護者)
定 各コース親子で3～10組程度(先着順)
講 各コース文化協会所属団体
費 無料(コースによっては教材費等実費負担あり)

持 各コースで異なりますのでリーフレット等でご確認ください。
方 申込用紙記入の上市民活動センター運営協議会(えにあす内)、平日9時～17時まで
限 7月11日(金)
問・申 恵庭市文化協会事務局 大塚(☎090-8896-4943)

■市民囲碁大会 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!!成績優秀者は知恵ネットで！！
日 7月27日(日)12時30分～17時30分(受付開始12時)
所 碁席えにわ
内 4局対局！参加者増加するまでグループ分けはありません。1～5位！持ち時間：1人35分(対局時計)棋力は会規則による(初回は自己申告)
対 どなたでも
定 20人程度
費 参加費1,200円(景品代他)
持 マスク(個人マターだけが使用を推奨)
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等の関係で休止も在ります
問 幹事長:木村(☎080-3127-5049)碁席えにわ(☎34-1539)

■恵庭おもちゃクリニック
日 7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日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・コレクシヨン品、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)

■『恵写真展』
日 7月31日(木)～8月3日(日)10時～20時
所 フレスポ恵み野店
内 恵庭写真協会会員の自由闊達な作品をご覧ください。写真の大きさA3ノビサイズ/展示枚数約30枚
対 どなたでも
費 無料
方 直接会場へ
問 恵庭写真協会 事務局 森崎(☎090-6993-0276)

募 集 中

■【地域を支える新たな力】「つながりワーカー」養成講座 参加者募集
孤立させない安心な街を！あなたの「ちょっとした気づかいと行動」が地域を支える大きな力になります。
日 7月10日(木)13時～15時30分
所 えにあす
内 地域で孤立や孤独を感じる方のために「気づき、つながり、つなげ、見守る」実践的な4つの演習を行う「つながりワーカー」養成講座です。
対 どなたでも
定 各回20人(申込順)
費 無料
持 筆記用具

方 専用申込フォームより
限 7月9日(水)
問 認定NPO法人まちづくりスポット恵み野(☎39-2232)
申 申込フォーム
https://forms.gle/UytutMahVjs2K2UW9

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7月31日(木) 問・申 ☎39-3355

■フットケア体験
足もたら美容と健康を考える(足のお悩み相談)
日 7月8日(火)10時15分～16時15分
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)
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。

■銀時薬膳堂の体質診断、ハンド・ヘッド・デコルテリフレクソロジー
夏本番間近！まずはしっかり自己メンテを！
日 7月8日(火)13時～17時
内 夏本番に向け、体を整えていきましょ。中医学に基づく体質診断、セラピーグレード以上のドテラの精油を使った、ハンドリフレクソロジー、ドライヘッドスパ、デコルテマッサージと薬膳茶でお待ちしております。
対 どなたでも
定 8人(申込順)
講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂・ハンドリフレクソジスト・ドライヘッドスパアドバイザー)
費 薬膳茶・体質診断・各リフレ150円～1,700円
方 電話(要予約)☎39-3355
限 前日まで

■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16日(水)13時～16時30分
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 6人(申込順)
講 山田 小百合さん
費 2,000円(20分)
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 7月19日(土)13時～16時30分
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きましょう。※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

■銀時薬膳堂 夏の薬膳スイーツと各リフレクソロジー
体を労わるスイーツとお茶、そして癒しに来ませんか？
日 7月23日(水)13時～17時
内 薬膳スイーツと選べる薬膳茶つきで500円にて提供致します。体質診断と精油を用いた、ハンド、ヘッド、デコルテのリフレクソロジーもご予約承ります。
対 どなたでも
定 14人(申込順)
講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂・ハンドリフレクソジスト・ドライヘッドスパアドバイザー)
費 500円(薬膳茶付き)
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！『デッド・サイレンス』(ホラー)」
2006年アメリカ映画[監督]ジェームス・ワン[出演]ライアン・クワンテン(上映時間91分)
日 7月26日(土)18時～20時
内 謎の死を遂げた妻。女腹話術師の呪いの伝説がある故郷へ真相究明の為に向かうが…叫ぶと殺される恐怖が待っている。
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

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 7月4日(金)13時30分～15時30分
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の使い方方を練習。
②便利編
日 7月11日(金)13時30分～15時30分
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。
③さらに！！便利編+スマホなんでも相談室
日 7月18日(金)13時30分～15時30分
内 便利編は画面の読み上げや補聴器と連動、相談会とは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)《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 20人(申込順)
講 ワーカーズ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らせください)。
限 各回の前日17時
他 1回の参加でも可