

# 恵庭市市民活動センター情報 6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 ≪講師≫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

#### メディカルヨガ

##### ①ワンコイン椅子ストレッチ

≪日≫6月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)9時45分～10時15分  
≪所≫えにあす 会議室2  
≪内≫体力に自信のない方・身体が硬い方でも椅子に座って気持ち良く身体をストレッチしましょう。  
≪対≫老若男女どなたでも(託児はありませんがお子様連れも可。ご相談ください)

≪費≫500円

##### ②乳がん経験者のためのヨガ

≪日≫6月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)10時30分～11時55分  
≪所≫えにあす 会議室2  
≪対≫乳がん患者さん・ご家族、友人等(乳がん以外のがん患者さんもお参加頂けますが女性限定)  
≪費≫900円(初回体験無料・回数券購入で800円)

##### ③シニアヨガ

≪日≫6月2日(火)、5日(金)、9日(火)、12日(金)、16日(火)、19日(金)、23日(火)、26日(金)、30日(火)10時～11時10分  
≪所≫かしのもり 会議室  
≪対≫60才以上の方・ご家族・介護職の方等  
≪費≫900円(初回体験無料・回数券購入で800円)

≪共通≫  
≪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≫吉田 直子(☎090-1641-6933/メール: breath.eniwa@gmail.com/<https://ameblo.jp/breath-eniwa>)

#### 恵み野囲碁同好会

■新緑の季節ですが囲碁の世界へご招待致します♪新年度も順調に滑り出して、健康的で、楽しい対局目指しております!!何時ものとお、囲碁の成績は知恵ネットで!!

##### ①恵み野囲碁 6月大会

≪日≫6月6日(土)12時30分～17時

##### ②恵み野囲碁 7月大会

≪日≫7月4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(参加)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≫30人  
≪費≫500円(会場費・景品代他)  
≪持≫マスク(個人マターだけが使用を推奨)・窓半開換気の為  
≪方≫直接会場へ時間厳守  
≪他≫自宅での検温・新型コロナウイルス等・諸々の関係で休止も在ります  
≪問≫会長:須田(☎090-1307-3141)

#### 詩吟発表会

■岳風会恵庭支部会員吟詠大会  
≪日≫6月7日(日)10時30分～14時30分  
≪所≫島松公民館 集会室  
≪内≫毎年1回、日頃の絆を高めると共に市民の皆様へ詩吟の良さをPRしています。  
≪対≫どなたでも  
≪費≫無料  
≪持≫なし  
≪方≫直接会場へ  
≪問≫本田 隆一(☎090-7059-3253)

#### NPO法人おはな

①がんサロンおはな  
≪日≫6月10日(水)10時～11時30分  
≪所≫NPO法人おはな事務所  
≪内≫「健康」「がん」と言う言葉にピンときた方は是非ご参加ください。情報交換の場としてもご利用ください。  
≪対≫どなたでも(がん予防の方、がん種間わず、がん患者さんやその家族、遺族など、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・お子様連れ大歓迎)

②親かふえ  
≪日≫6月17日(水)10時～12時  
≪所≫NPO法人おはな事務所  
≪内≫気軽に集まって!子育てについてお話ししませんか?お話しが苦手な方は、聴くだけでも大丈夫ですよ。障がいのあるお子さんを育てている、子どもの育ちに不安や悩みを感じている、不登校や行き渋りに悩んでいるなど、親御さんが気軽に集まり、思いや情報を共有できる居場所です。

③こころのうかふえ・おはな  
≪日≫6月19日(金)10時30分～12時  
≪所≫黄金ふれあいセンター 和室  
≪内≫高次脳機能障害の当事者、ご家族またはパートナー、支援者などが集い、困ったことや悩みを話したり、情報交換できる場です。  
≪対≫高次脳機能障害の当事者、ご家族またはパートナー、支援者、どちらの市町村からも参加可能  
≪方≫直接会場へ  
④小・中学生のための居場所「ひみつきち」  
【防災を学ぼう!遊びに行こう!】  
≪日≫6月20日(土)9時30分～12時  
≪所≫集合場所:おはな事務所  
≪内≫家族に話せない困っていることも、ここでは話せるかも!高校生・大学生・地域の大人もお気軽にご参加ください。同時開催:はびナビかふえあたん家。  
≪対≫小・中学生(保護者の参加も大歓迎)  
≪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

#### ⑤ともしカフェ

【依存症の回復を支える人たちの集い】  
≪日≫6月20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≫依存症の問題を抱える方のご家族、パートナーや友人等身近で回復を支える人たちが対象のクローズドな居場所です。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≫依存症の問題を抱える方のご家族、支える人(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(必ず申込必要)  
≪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

⑥居場所づくり「ふれあいサロンおはな」  
≪日≫6月20日(土)18時～20時  
≪所≫えにあす 会議室2  
≪内≫気軽に立ち寄ることが出来る、自由な時間を過ごせる場所です。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(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  
⑦こころのサポーター養成研修(こころほ)

≪日≫6月25日(木)10時～12時  
≪所≫えにあす 会議室4  
≪内≫心のサポーター養成事業(厚生労働省)/目的:正しい知識と理解に基づき、家族や同僚など身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う「心のサポーター」を養成。多くの人に心のサポーターになってもらいたいと考えています。/内容120分(90分共通内容+30分選択内容)選択内容は高次脳機能障がいを予定しています。  
≪対≫どなたでも(受講資格ありません。特別な資格も不要)  
≪定≫10人(申込順)  
≪講≫石上 一美・武田 栄利(こころのサポーター養成研修指導者)  
≪方≫公式LINE、ホームページ  
≪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:n.pooohana13@gmail.com /公式LINE「NPO法人おはな」)

#### 恵庭分館おはなし広場

≪日≫①6月10日(水)14時50分～15時30分②6月12日(金)10時30分～11時10分  
≪所≫えにあす えほんハウス  
≪内≫①幼児～小学生②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ストーリーシヨップ②図書館担当  
≪問≫図書館恵庭分館(☎34-8164)

#### 出張のんしゃらんの会

■子育て中の皆さん、気軽に語りましょう!!  
≪日≫6月16日(火)10時30分～12時30分  
≪所≫まちづくりスポット恵み野  
≪内≫北広島にあるエンゼルキッズこども家庭支援センターで行っているおしゃべり会を、恵庭で出張開催します。  
≪対≫子育て中のパパやママ  
≪定≫20人(申込順)  
≪費≫無料  
≪方≫直接会場へ  
≪他≫子連れ大歓迎、出入り自由  
≪問≫認定NPO法人まちづくりスポット恵み野(☎39-2232)

#### えにわ楽々歩こう会

■初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪  
≪日≫6月20日(土)9時30分集合(小雨決行)  
≪所≫集合場所恵み野駅東口  
≪内≫花の道(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)

#### 恵庭おもちゃクリニック

≪日≫6月22日(月)9時30分～12時  
≪所≫生涯学習施設 かしのもり  
≪内≫おもちゃを直します。部品交換が必要ときは、部品代負担となる場合があります。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(壊れはづれた部品、取扱説明書、入っていた箱もあれば)  
≪方≫直接会場へ(予約不要)  
≪他≫修理スタッフを募集していますので興味があれば連絡ください。  
≪問≫村本(☎090-7058-6996)



## 6月例会

■不登校などの子供と共に歩む会  
「未来の会」  
 <<日>>6月26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>>村田(☎090-1305-0950)

## えにわフットバス愛好会

第3回月例フットバスのお知らせ  
 ■「全国花のまちづくり大会」との連携フットバスです。恵み野オープンガーデンを楽しく歩きましょう。  
 <<日>>6月27日(土)9時～12時  
 <<所>>はなふるセンターハウス  
 <<内>>フットバス(ウォーキング)はなふるセンターハウス～恵み野南オープンガーデン～資料館～はなふるセンターハウス(約7.2km)  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>申込順  
 <<費>>200円(保険代)※会員以外的一般参加者  
 <<持>>飲み物、タオル、雨具(小雨決行)  
 <<方>>電話  
 <<問>><<申>>事務局：前田会長(☎090-9529-4829)／濱事務局長(☎090-8639-4031)

## 市民囲碁大会6月大会

■マスク使用は個人マター、しかし対局中はマスク使用を推奨!!外でもヨシ・盤を囲うのもヨシ!今年度も対局マナー向上…棋力UP!!囲碁の成績優秀者は知恵ネット  
 <<日>>6月28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：一人35分(対局時計)持ち力は会規約による(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)  
 <<方>>直接会場へ  
 <<問>>幹事長：木村(☎080-3127-5049)碁席えにわ(☎34-1539)

## 第57回 恵美展

■恵庭美術協会公募展  
 <<日>>7月2日(木)～5日(日)10時～18時(最終日16時まで)  
 <<所>>夢創館  
 <<内>>今年も市民の皆様と美術協会会員の美術作品の発表の場です。大勢の方にご高覧頂けますようご案内申し上げます。出品ご希望の方は事務局までお問い合わせください。  
 <<対>>どなたでも  
 <<費>>観覧無料、出品料1,000円  
 <<限>>出品の申し込み6月20日(土)  
 <<問>>事務局 武藤(☎36-6607)

## 募 集 中

## 一緒に囲碁を楽しみませんか

<<日>>毎週水曜日・金曜日9時～12時過ぎまで  
 <<所>>大町憩の家  
 <<対>>置き石によりハンデを付けて打てる方ならどなたでも  
 <<方>>直接会場又は電話  
 <<問>>事務局 飯田(☎090-5985-3089)



## 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6月30日(火)  
 <<問>>・<<申>> ☎39-3355

## 今からできる安心の準備【終活相談】

■初回20分無料、個別相談(秘密は厳守いたします。お気軽にご相談ください)  
 <<日>>6月10日(水)①10時②10時30分③11時④11時30分  
 <<内>>エンディングノートやこれからの暮らしのことなど、終活について気になっていることを、終活アドバイザーがお手伝いします。  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>4人(申込順)  
 <<講>>小林さん・八巻さん(終活アドバイザー)  
 <<費>>無料  
 <<問>>☎39-3355

## 洋服の簡単直し物講座

■ズボンの裾上げとゴムの入れ替えのコツなど(3つ折り・ジーンズOK)  
 <<日>>6月13日(土)11時～12時  
 <<内>>直し部分のサポート。ミシンのない方も大丈夫です。  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>5人(申込順)  
 <<講>>田中 礼子さん  
 <<費>>100円  
 <<持>>筆記用具。あれば直したいズボン。  
 <<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>>6月13日(土)13時～15時  
 <<内>>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。  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>6人(申込順)  
 <<講>>なおさん  
 <<費>>500円  
 <<持>>絵の具・ぺんてる毛筆(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

## 洋服のお直し相談会

■相談は無料です  
 <<日>>6月13日(土)13時～15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

## 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>>6月15日(月)10時20分～13時  
 <<内>>メニュー(ジャガイモと豚肉の炒め物、油揚げと白菜のうま煮、ブロッコリーとか二風味のあんかけ)  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>10人(申込順)

<<講>>池田 玲子さん  
 <<費>>700円(コーヒー別料金)  
 <<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

## 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>>6月17日(水)11時～16時  
 <<内>>明日の自分を占ってみませんか?  
 <<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

## アクセサリーのメンテナンス

<<日>>6月20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

## ナスが教えるかかとケア講座

■意外と知らない!?道具と保湿剤の使い方を学ぼう  
 <<日>>6月22日(月)13時～15時  
 <<内>>フットケアファイル・ガラスやすり・保湿剤2種類を使って、かかとを美しく整える実践講座です。  
 <<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>>3,000円(道具込み)  
 <<方>>電話(要予約)☎39-3355  
 <<限>>6月16日(火)

## 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>>6月23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」薬膳スイーツとリフレクソロジー

■初夏の薬膳スイーツで心も健やかに  
 <<日>>6月23日(火)13時～17時  
 <<内>>選べる薬膳茶付きで500円にて提供。精油を用いたハンドリフレクソロジー、坐位型のドライヘッドスパ、デコルテマッサーージュもご予約承ります。  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>14人(申込順)  
 <<講>>池端 芳江さん(銀時薬膳堂/和漢薬膳師・ハンドリフレクソロジー)  
 <<費>>500円(薬膳茶付き)  
 <<方>>電話(要予約)☎39-3355  
 <<限>>前日まで

## 初心者ギター練習・交流会～ミニ・ライブあり～

■弾ける方によるオープンマイクの時間もあります  
 <<日>>6月24日(水)19時～21時  
 <<内>>アコースティックギター・エレキギターの初心者講習・交流(個別に弦の押さえ方や弾き方のコツを教えます)  
 <<対>>どなたでも  
 <<定>>10人  
 <<講>>竹内 誠裕さん  
 <<費>>1,000円  
 <<持>>持っている方は自分のギター(貸し出し用は1つあり)  
 <<方>>電話(要予約)☎39-3355  
 <<限>>前日まで  
 <<他>>ボーカルをしたい!バンドメンバーを探している方もどうぞ。

## 映画鑑賞会「だから映画はやめられなさい」『シャレード』

■1963年アメリカ作品【監督】スタンリー・ドーン【主演】オードリー・ヘップバーン、ケラリー・グラント【音楽】ヘンリー・マンシーニ(上映時間113分)  
 <<日>>6月27日(土)18時～20時  
 <<内>>富豪の夫と離婚を考えていた矢先、夫が謎の死を遂げる。そして彼女の前に3人の不気味な男達が次々と現れ「250ドルを返せ!」。何も知らない彼女に新たな謎の男が…。敵か味方か?  
 <<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

## 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>>6月29日(月)13時～16時  
 <<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

## 第35回YOSAKOIソーラン祭り出場(6月10日～14日開催)

- ・ 恵庭紅鴉
- ・ 北海道文教大学～陽燕～
- ・ 恵庭紅鴉ジュニア
- ・ 恵庭紅鴉キッズ

頑張ってください!



## 恵庭市市民活動センター情報記置場所

・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・プレスボ恵み野・まちスボ恵み野・かのな・センターハウス