

恵庭市市民活動センター情報 4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

■メディカルヨガ

①ワンコイン椅子ストレッチ

日 4月4日(土)、11日(土)、18日(土)、25日(土)9時45分~10時15分(30分)

所 えにあす 会議室2

内 体力に自身のない方・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 4月4日(土)、11日(土)、18日(土)、25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・ご家族、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)

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

入会金無しの会です。春です、囲碁の世界へご招待致します。新年度総会後対局となります!!今年度の目標を決めましょう!!何時ものとおおり、囲碁の成績は知恵ネットで!!

①恵み野囲碁 4月大会

日 4月4日(土)12時30分~17時

②恵み野囲碁 5月大会

日 5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(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(個人マターだがが使用を推奨)・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・諸々の関係で休止も在ります

問 会長:須田(☎090-1307-3141)

■第6回絵画サークル えのぐ箱 図書館小作品展

絵画サークル えのぐ箱小作品展
日 4月5日(日)~18日(土)9時30分~19時(初日14時~19時/最終日17時まで) ※月曜休館

所 図書館本館 2階展示ギャラリー

内 絵画サークルえのぐ箱の小作品展展示会です。えのぐ箱会員の個性光る作品をご覧ください。

対 どなたでも

費 無料

方 申込不要、自由にご鑑賞ください

問 えのぐ箱事務局 本郷 隆夫(☎37-3820)

■香りとの広場(銀時薬膳堂)

薬膳(食)の知識・学びと精油を楽しむ

日 4月5日(日)13時30分~15時

所 えにあす 会議室7

内 日常に使える食の知識を学び、エッセンシャルオイルの正しい知識に触れ体験が出来る楽しい広場です。お子様連れOK、途中入退場OK。

対 どなたでも

定 6人(申込順)

講 池端 芳江

費 1,000円(アロマクラフト、薬膳の試飲、試食つき)

持 筆記用具

方 電話(要予約)

限 前日まで

問・申 池端 芳江(☎090-3770-5268)

■スクエアダンス初心者無料講習会

アメリカで発展したフォークダンスのひとつで世界中で踊られています。

日 4月6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)10時~11時30分

所 桜町会館

内 生涯スポーツとして室内での軽い運動に最適です

対 どなたでも

費 無料

持 上靴、飲み物

方 直接会場へ

問 石原(☎080-1868-3669)

■NPO法人おはな

①がんサロンおはな

日 4月7日(火)10時30分~12時

所 NPO法人おはな事務所

内 「健康」がんとお話しする機会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、がん種問わず、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)

他 北海道がん対策基金助成金事業【協力】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・市保健福祉部保健課

②こじのうかふえ・おはな

日 4月10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

③親かふえ

日 4月14日(火)10時~12時

所 NPO法人おはな事務所

内 お話し集まって!子育てについてお話しませんか?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。

対 その他

方 直接会場へ(出入り自由)

④ともかふえ

【依存症の回復を支える人たちの集い】

日 4月18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

⑤居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 4月18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、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

※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)

■恵庭分館おはなし広場

日 4月10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)

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)

■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よ

日 4月18日(土)9時30分集合(小雨決行)

所 集合場所:恵庭駅東口

内 新カリンバの道(6.0km)

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)

■4月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 4月24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)

■市民囲碁大会4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!!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で

日 4月26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)棋力は会規約による(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)

■恵庭おもちゃクリニック

日 4月27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(予約不要)

問 村本(☎090-7058-6996)



募 集 中

■太極拳恵み野教室 会員募集

心と体をリフレッシュしよう
日 毎週木曜日10時~12時
所 恵み野会館 活動室1、2
内 ゆったりとした動きで体幹を鍛え、心身のリフレッシュを体感しましょう。運動が苦手な方も初めての方も自分のペースで無理なく続けられます。
対 どなたでも
定 なし
講 沖田 洋子さん
費 2,000円(月謝)
持 動きやすい服装、運動靴(室内用)
方 電話
限 随時受付
他 Instagramもやっています“恵み野 Tai chiサークル”で検索してみてください!

■将棋を指して、一緒に楽しみませんか

日 毎週火曜日、4月11日(土)、25日(土)9時~15時30分
所 柏陽懇の家
対 どなたでも
方 直接会場又は電話
問 恵庭将棋愛好会事務局 梅津 (☎37-2496)

■初心者実技講習会

大会参加ラウンドルール講習会
日 5月3日(日・祝)13時~16時30分(雨天中止)
所 恵庭中央パークゴルフ場
内 36ホールラウンドをしながらルール・マナー取得、協会月例会に参加しよう
対 大会に参加した事のない人
定 10人(申込順)
費 400円(コース代)
持 パークゴルフ用具、飲み物
方 電話
限 4月16日(木)
問 申 矢埜 (☎090-7643-7692)
伊藤 (☎080-6093-3087)

■第22回恵庭市長杯・市民パークゴルフ大会

日 5月17日(日)7時30分~13時(雨天決行、受付7時30分~8時)
所 恵庭中央パークゴルフ場
内 36ストロークプレイ、男女別表彰:優勝~10位、飛び賞、ブービー賞、その他
対 どなたでも(市民)
定 100人申込順
費 1,500円(コース代、参加賞、保険含む)
持 パークゴルフ大会に参加出来る体制
方 直接会場へ
限 4月15日(水)~5月7日(木)
問 矢埜 (☎090-7643-7692)伊藤 (☎080-6093-3087)
申 恵庭中央パークゴルフ場(申込用紙)

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4月30日(木)
問 申 ☎39-3355

■展示『ノルトブルーメの花柄布の作品展』
花柄で心ワクワク、春到来!
日 4月11日(土)~25日(土)10時

~16時30分 内リバティブプリント他、国内外の美しい花柄布を使ったバッグやポーチ、布小物とともに春を楽しみましょう。対 どなたでも 講 丹治 葉子さん 費 無料 方 直接会場へ

■「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 4月11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 4月11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・ペンでてる毛筆(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 4月11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 4月13日(月)10時20分~13時 内 メニュー(ピリ辛チキン、卵の袋煮、ほろふき大根) 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 4月15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 4月18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

■パワーストーンプレスレットの浄化とゴム交換
日 4月18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あげましょう。※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

■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 4月21日(火)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

■「銀時薬膳堂」薬膳スイーツとリフレクソロジー
体に優しいスイーツで春を感じて労わろう
日 4月22日(水)13時~17時 内 季節に合った、体に優しいスイーツを楽しみませんか? 体質診断やハンドリフレクソロジーなども承ります。(500円~1,000円) 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・ハンドリフレクソジスト) 費 500円(薬膳茶付き) 方 電話(要予約)☎39-3355 限 前日まで

■新企画 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 4月22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 持して用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 ポーカールをしたい!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い!」『ローラーガールズ・ダイアリー』
2009年アメリカ作品【監督】/【主演】ドリュエ・バリモア(E・Tで子役)【出演】エレン・ペイジ(JUNO/ジュノ)(上映時間112分)
日 4月25日(土)18時~20時 内 一人の少女が様々な葛藤と闘いながら大人に成長する姿をドラマティックに描いた作品。劇中のローラーゲームシーンは、出演者ノースタントで挑んだ体当たりで危険な圧倒的なシーンとなっています。対 どなたでも 定 25人 講【解説】Eniwaの映画小僧じろさん 費 無料 方 直接会場へ

■ナー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学ぼう
日 4月27日(月)13時~15時 内 フットケアファイナル・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 4月20日(月)

■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 4月28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。

令和8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
市民活動団体等の創意と工夫で行政と協働のまちづくりにチャレンジ!
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!
NPO法人 えにわ市民プラザ・アイル イベント情報
問い合わせ・応募先
〒061-1442 恵庭市緑町2丁目1-1 恵庭市市民活動センター運営協議会
0123-34-7000
0123-34-7008
https://www.eniwachienet.jp/
info@eniwachienet.jp