

恵庭市 市民活動 センター 情報

3月

掲載情報は恵庭市からの情報提供をもとに掲載しています。
情報に関するお問合せは恵庭市生活環境部市民活動推進課
恵庭市市民活動センター ☎34-7000 まで。

情報掲載希望の方は
メールまたはFAXで
お送りください

記号について ▶

次回 3月 29 日号掲載

原稿の締切は
3月 7 日(木)

※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。

[FAX] ☎ 34-7008
[メール] shiminkatsudo@city.eniwa.hokkaido.jp

日時	所会場	内容	対象	定員	講師	参加費
持ち物	申込方法	申込期限	その他	問合せ先	申込先	

行事のお知らせ

■簡単セルフリンパケア

日【水曜日コース】3月の毎週水曜日【土曜日コース】3月の毎週土曜日10時～11時30分 所 レビューストサロン恵庭店 2階 内 心の乱れは体の不調に繋がります。セルフリンパケアでもっと自分の体を触ってあげましょう。もっと自分を癒してあげましょう。 講師 リンパケアセラピスト 山口ひろみ 費1回1,000円(プチマッサージ付き) 要予約 持 ヨガマット又は大きめのバスタオル、汗拭きタオル、水、お茶など 方 電話 他 Tシャツ、ジャージなど動きやすい服装 問・申 レビューストサロン恵庭店 ☎33-0766

■徳田貴子ピアノ教室発表会

日2月24日(日)16時～16時45分 所 夢創館 内 ピアノ初心者の学習者による演奏と講師による演奏 内 どのなたでも 定80人(先着順) 費無料 持なし 方 直接会場へ 問 徳田(メール: tokudatakako@gmail.com)

■ミナミナ市 in フレスポ恵み野 フードドライブ同時開催

日2月24日(日)10時～16時(駐車場キッチンカー17時まで) 所 フレスポ恵み野施設内通路、駐車場 内 作家さんがひとつずつ丁寧に作った個性豊かな作品が26店並び、駐車場には真冬をフツ飛ばすような熱いキッチンカーがやって来ます。 他 フードドライブ: 食べる予定のない常温保存可、消費期限1ヶ月以上残、未開封のものがあれば寄付をお願い致します。まちスポ恵み野、主催者まで。 問 山口 ☎090-8659-9032 / メール: minamina-ichi@hotmail.com / インスタグラム: minaminaichi

■恵み野囲碁同好会大会(3月) 日頃の棋力、発揮してみませんか?

日3月2日(土)12時30分～17時 所 恵み野会館 内 棋力に合わせ、2グループにて対局。各1～3位、参加賞あり 内 どのなたでも直接会場へ 定なし 費500円(会場費他) 問 会長: 須田敏彦 ☎090-1307-3141 担当: 小山 ☎37-1082

■インドア・バードウォッチング 鳥見体験&交流会(昼食付)

日3月3日(日)9時～14時 所 えにあす 内 ①写真展②窓辺から鳥観察や給餌器作り③交流会(昼食・抽選会) 内 どのなたでも 定なし ※交流会は40名程度受付申込順 講師 恵庭カワセミの会会員 費無料 ※交流会参加者は500円 持あれば、双眼鏡 方 直接会場へ 他 昼食時にお酒を飲まれる方は、車の運転をしないで下さい 問 恵庭カワセミの会事務局 前田 ☎090-1306-6357

■ストレッチポール&HAPPY YOGA 恵庭

日3月4日(月)、18日(月)10時～11時ストレッチポール、11時～12時HAPPY YOGA 所 えにあす 定各回10名(お電話にてご予約) 費各クラス都度払い500円 持【ヨガ】マット、バスタオル、フェイスタオル、ブランケット、飲み物【ストレッチポール】マット、フェイスタオル、飲み物、ポールレンタル200円 方 電話 問・申 NLPスクール認定ハッピーヨガインストラクター、Jcca日本コアコンディショニング協会認定インストラクター

竹内 ☎090-6447-6686

■らくらく料理教室

日3月7日(木)、14日(木)10時～12時30分 所 えにあす キッキングスタジオ 内【お手軽かわいい!カップちらし作り】彩りカップちらし、鶏のしょうがレモン焼き、春キャベツのミルクみそ汁、ひとくちフルーツパイ 内 おおむね60歳以上の方 定各回6名(申込順) 費1,000円 持 エプロン・ふきん(2枚)・筆記用具 方 電話 他 キャンセルのご連絡は3日前までにお願いします 問・申 管理栄養士 小田 ☎090-2879-8176

■笑いヨガ in えにわ

日3月8日(金)、22日(金)10時～11時 所 えにあす 会議室3 内 ヨガの呼吸法と笑いのエクササイズを組み合わせた健康法。楽しく免疫力up! 老若男女どのなたでも気ままにどうぞ! 費各回500円 持 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、できればバスタオル 方 初めてのの方のみ当日までに申込 問・申 笑いヨガ認定ティーチャー 石山香織 ☎080-3238-2569

■オープン講座「災害に備えて…」 災害と備えでの「減災」について

日3月9日(土)13時30分～15時 所 寿町会館 内 災害から身を守る心がまえを、平常時から準備し、被害を少なくする方策「減災」が、重要視されます 講師 市基地・防災課長 藤野真一郎氏 他 事前申込不要 問 島松寿町町内会 渡部 ☎36-2456

■2019 3・8 国際女性デー恵庭集会 記念講演

日3月9日(土)開場13時30分、開演14時 所 えにあす 内「#Me Tooってどんな運動?みんなで考える性差別」 講師 弁護士 皆川洋美さん(きたあかり法律事務所) 費 資料代 300円(学生無料) 問 2019 3・8 国際女性デー恵庭集会実行委員会 樋口いよ子 ☎33-2076

■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

■第16回 絵手紙 和の会 作品展示会

日3月13日(水)～24日(日)各日10時～閉館まで ※最終日17時まで ※但し休館日・閉館時を除く 所 図書館本館 2階ギャラリー 問 平井 ☎36-8057

■春の花ロード恵庭 洋らんフェスタ 2019

日3月15日(金)～17日(日)10時～16時 所 道と川の駅「花ロードえにわ」 内 愛好家が育成した洋らん約120鉢の展示、洋らん販売、栽培相談、植え替え等を行います 内 どのなたでも 費無料 問 恵庭オーキッド倶楽部 安田 ☎090-4388-5933

■楽々歩こう会

■初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪
日3月16日(土)9時30分集合(小雨決行) 所 集合場所: JR恵み野駅東口 内 冬のコースNO.2(5.0km) 内 どのなたでも 費200円(保険料含) 持 タオル、水、帽子、滑らない靴 問 松尾 ☎36-7877

■市内ガラコンサート

日3月16日(土)11時30分～15時30分 所 夢創館 内 市内の楽器演奏者が一堂に集い演奏を楽しむコンサートが開かれます 費 入場料 無料 問 すずらんハーモニカ 代表 安田正人 ☎34-0664

■恵庭手打ちそばの会 そば打ち見学

日3月17日(日)9時30分～ 所 いくみ会館 内 そば打ちの楽しさと打ち立て新そばの美味しさを体感してみませんか。入会受付中 内 どのなたでも 費無料 方 電話 問・申 村里 ☎080-6094-0357

■野菜栽培セミナー開催

一緒に学んでおいしい野菜を作りませんか
日【第3回】3月17日(日)受付開始時間8時30分、9時～11時40分 所 恵み野会館 内 トマト、南瓜、ブロッコリー、小松菜の栽培法 講師 中野雅章 費300円 他 申込不要 問 恵庭野菜栽培研究会 野村 ☎37-3405

■手うちそば例会案内

会員募集 恵庭川沿そば道場
日3月24日(日)9時～12時 所 川沿町内会館 内 見学、体験できます。無料で試食できます。ご一報下さい。 内 どのなたでも 費1,100円(材料代) 持 バンダナ、エプロン、容器 方 FAX 問・申 渡邊 (FAX 34-3350) 留田 (FAX 33-2513)

■ビジネスシーンにおける 声みがき講座

トレーニングであなたの声とことばは改善できます!
日【1回目】3月28日(木)【2回目】3月29日(金)18時30分～20時30分 所 市民会館 サークル研修室 内【1回目】呼吸と発声【2回目】伝える 定15名 講師 上森ゆう子(起業ネットワーク恵庭代表・声とことばの磯貝メソッド正講師) 費3,000円(2講座分) 方 電話、FAX、メール 限3月20日(水) 他1講座のみの参加不可 問・申 起業ネットワーク恵庭(オフィス上森内) ☎33-6908 / FAX31-3566 / メール: uemori@office-uemori.com

■恵庭美術協会企画展

テーマ「自画像～絵画の中の内なる自分」
日3月28日(木)～31日(日)10時～18時(最終日16時まで) 所 夢創館 内 油彩、水彩、版画などの作品を展示。会員それぞれの自分表現をお楽しみ下さい。 費 入場料 無料 問 事務局 武藤 ☎36-6607

■市民囲碁大会

日3月31日(日)12時30分～(受付開始12時) 所 基席えにわ 費 参加費1,000円 問 小崎 ☎33-5283

募集中!

■恵庭華道協会 少年少女文化体験のつどい 桃の節句に向けて生け花アレンジ

日3月2日(土)10時30分～11時45分 所 えにあす 会議室8・3 内 市内小・中学生 定15人(申込順) 費500円 方 電話・FAX 問・申 坂口 ☎33-1487 / FAX34-1132

■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、動きやすい服装、汗拭きタオル 問 恵み野フォークダンスサークル 佐渡 ☎36-3485

■「春色和菓子と麴甘酒のおしるこ」作り タッパーウェアさくらんぼHPs 主催

日3月9日(土)、12日(火)10時～12時 所 えにあす キッキングスタジオ 内 発酵食づくりと発酵食を使ったクッキングをご紹介します。3月はレンジで作る春色和菓子(苺大福・桜餅)と麴甘酒のおしるこ 内 どのなたでも 定各回15人 講師 若木里美 費各回1,000円(小学生300円/中・高校生500円) 昼食・お土産付・要予約 持 エプロン 方 電話、メール 問・申 わかきさとみ ☎080-1897-7140 / メール naturalhealingfairy@gmail.com

■北海道新体操クラブ恵庭・男子無料体験・見学会

日3月10日(日)10時～11時 所 恵庭南高校 第2体育館 内 マット運動、柔軟など 内 新小学1年生以上 持 動きやすい服装、飲み物、タオル ※外靴は袋に入れて体育館までお持ち下さい 方 電話連絡の上お越し下さい 問・申 菅森(かやもり) ☎080-3296-7698

■わくわく体育クラブ体験会

日3月10日(日)①13時～13時50分②14時10分～15時10分 所 総合体育館2階 内 ①年少～年中②年長～小2 定各25名程度 費500円 方 メール①開催日②氏名(子・保護者・フリカナ)③学年・学校(園)④住所・連絡先(電話) <書式自由>必ず返信メールが2、3日以内に届きます。迷惑受信拒否などの設定解除願います。事務局より受付完了、持ち物などの詳細をお知らせします。 問 わくわく体育クラブ事務局 ☎080-6097-4002 申 メール: eniwa_kids@yahoo.co.jp

■あへあほ体操

「へ」と「ほ」でお腹をへこませるだけ! 笑顔になれる体幹トレーニング!
日3月13日(水)、27日(水)14時～15時 所 黄金ふれあいセンター 内 あ・へ・あ・ほ・と声を出してお腹をへこませる基本動作! その他に転倒予防、尿もれ予防、免疫力アップ! ひざ、腰、楽々! 健康体操 内 どのなたでも 定10人(申込順) 講師 大川尚子 費500円 持 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット又はバスタオル 方 電話 限 当日の朝まで 問・申 大川尚子 ☎090-1383-9170

■背骨コンディショニング

テレビ、雑誌などで話題の日野秀彦創作者プログラム
日3月15日(金)、22日(金)13時30分～15時 所 恵み野会館 内 腰痛、肩こり、坐骨神経痛などでお悩みの方。筋トレや誰にでも出来る優しい体操です。 内 どのなたでも 講師 岡崎真砂子 費無料 持 スポーツタオル、バスタオル、タオル 方 直接会場又は、電話 問・申 鈴木 ☎080-6072-3590

■えにわフットバス愛好会

平成31年度会員募集中!一緒に楽しくウォーキングをしませんか!
日3月30日(土)14時～ 所 えにあす 2階 内 平成31年度定期総会、平成30年度事業成果及び平成31年度事業説明等 費 年会費1,500円(保険料含) 方 総会の

参加申込不要、会員の申込随時受付 問 事務局 前田(☎/FAX 32-8092)

■声とことばの研究会
声とことばのトレーニング教室 参加者募集
日 3月30日(土) 14時～16時 所 まちづくりスポット恵み野 交流スペース 内 <身体と呼吸><発声と共鳴>などの基礎訓練で良く伝わり、表情豊かな声をつくりましょう。定 15名 費 テキスト・資料代2,000円 方 電話、FAX、メール 問・申 声とことばの研究会(オフィス上森内)(☎33-6908 / FAX31-3566 / メール:uemori@office-uemori.com)

■平成31年度 中国語講座の募集
入門コース・初級コース・中級コース
日 4月～来年3月まで【入門】毎月4回水曜日18時30分～20時30分【初級】毎月4回土曜日18時30分～20時30分【中級】毎月4回土曜日13時30分～15時30分 所 えにあす 内 国際語としての中国語を学習してみませんか? 対【入門】初めての方(発音練習から)【初級】発音練習の必要ない方【中級】初級コースを終了されている方 講 北海道文教大学・中国人留学生(大学推薦による) 費 受講費(月額)大人3,000円・高校生2,000円 他 教科書代【入門】2,500円(テキスト代含)、中国語会話301(上巻)使用【初級】2,500円(テキスト代含)、中国語会話301(下巻)使用【中級】3,000円、中国語中級会話700第2版使用 問・申 恵庭日中友好協会事務局 齊藤(☎/FAX 33-2702)

■第28回 YOSAKOI ソーラン祭り
市民審査員募集
日 6月8日(土) 10時30分～19時30分、9日(日) 9時～22時 ※どこかの3～4時間を目安 所 札幌市中央区(大通公園周辺) 内 YOSAKOIソーラン祭りにおける演舞の審査 対 平成31年6月時点で中学生以上の方、チーム関係者以外の方 方 メール、FAX、郵送 限【募集期間】3月1日(金)～4月19日(金) 他 応募用紙をHPでダウンロード又は、電話で取り寄せの上、4月19日(金)必着まで。(抽選)詳細は、公式HP: http://www.yosakoi-soran.jp/ をご覧ください。 問 YOSAKOIソーラン祭り実行委員会(☎011-231-4351) 申 YOSAKOIソーラン祭り実行委員会(〒060-0001 札幌市中央区北1条西2丁目北海道経済センター4F / FAX011-233-4351 / メール: shinsa@yosakoi-soran.jp)

■気功体操の会 会員募集
一緒に楽しみませんか
日 毎月第2・4木曜日10時～11時30分 所 市民会館 研修室 対 50歳以上 費 月額500円 持 運動靴・タオル・飲み物 問 森谷(☎37-9877) 栗山(☎34-0842)

■寿泉書道サークル会員募集
筆で書く楽しさを!!
日・所【恵み野会館】第2・4木曜日13時～【えにあす】第1・3木、金曜日13時～(月2回) 内 美しい字を目指し、時に真剣に時に笑いあいの楽しい雰囲気の中で学んでいます。大人からお子様まで 講 末永寿泉 費 月額大人2,000円、子ども1,500円(本代別途) 持 書道道具一式 方 ①電話②メール③HP 問・申 ①☎37-2932②メール: syodow.ks.ks@gmail.com③HP: https://syodow-ks.jimdo.com/

■菜園用地貸します
内 1区画50㎡ 費 5月～10月年間5,000円 問・申 富樫(恵庭市戸磯179-1 / ☎090-5071-0860)

■ボクシングエクササイズ参加者募集
運動不足やストレスの解消におすすめ!
日 毎週木曜日13時30分～14時30分、毎週土曜日18時～18時50分 所 総合体育館 格技室 内 ダイエット・ストレス解消・体力UPに最適。音楽に合わせて

ボクシングの動きを取り入れた有酸素運動。運動が苦手な方でも楽しめる内容で、実際にミットを打つスタイルのエクササイズ。 費 1日体験800円 持 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物 他 継続の場合はお得な会費設定がございます。 問・申 ボクシングエクササイズ『E-BOX』館(たて)(☎090-1382-0132)

えにわ市民プラザ・アイル イベント情報
所 NPO法人えにわ市民プラザ・アイル(～3月30日)出まで、営業時間が10時～16時になります。休館日: 日曜・祝日・月末棚卸し 問・申 ☎39-3355

■排毒(ジャパニーズアユールヴェーダ)体験 day
日 3月5日(火) 10時30分～12時30分 内 何だかすっきりしない不調に…オススメ! 遠赤外線を用いた排毒エステの深部温圧ケアとヘッドケアをセットで体験してみませんか? 定 4名 講 Amber～琥珀～山田きみ子さん(美養法 排毒エステティシャン) 費 1,000円(30分)

■展示「二人のReiko～パッチワークに魅せられてパート2」
ひと針ひと針、布に生命を吹き込む手仕事が多量に楽しくて
日 3月6日(水)～19日(火) ※最終日15時まで 内 12月に特別展でパッチワークファンを魅了した二人のれい子さんの作品展です

■タロットセラピー「春からの運勢を占ってみましょう」
仕事運・恋愛運・人間関係の悩みなどをカードで占います
日 3月9日(土) 10時30分～15時 定 6名(要予約) 講 山田小百合さん(TCカラーセラピスト) 費 1,000円(30分)

■アイル名画サロン「キネマな夜」
日 3月9日(土) 18時～20時 内 「フル・モンティ」(1997年・イギリス映画93分)【監督】ピーター・カッタネオ【主演】ロバート・カーライル 定 25名 講 近藤春夫さん 費 無料

■「ほっこりパステルアート体験会」
はがき大の画用紙に指や綿で彩色します
日 3月12日(火) 10時30分～14時 ※1時間程度で完成 内 絵が苦手、パステルが初めての方でもキレイに画くことができ、優しい色合いに心がほぐれます 定 10名 講 石黒るり子さん(ココハウス) 費 500円 限 当日、随時受付

■レイヤーハーバリウム講習「ホワイトデー前日!」
日 3月13日(水) 10時30分～12時 内 クリアなオイルとカラーオイルの2層のハーバリウム。個性的に作ってみませんか? 定 6名 講 Amber～琥珀～山田きみ子さん(JCPAハーバリウム認定講師) 費 1,500円(材料・講習料込)

■わくわくランチデー
日 3月19日(火) 12時～13時 内 旬の味とおしゃべりで楽しいランチタイムをすごしましょう。 ※ワンコイン・ランチ(500円、限定10食)は要予約

■大人の塗り絵でセラピー
はがきサイズのマンダラ絵を色鉛筆で塗ります。使った色で心の動きがわかります
日 3月19日(火) 13時～15時 所 会場は【えにあす 会議室5】になります 定 5名(要予約) 講 山田小百合さん 費 1,000円 持 不要

■アイルおもてなし事業説明会
有償ボランティア募集(随時)
日 日曜・祝日以外10時30分～15時 内 通院や買い物の付き添い、家事代行、事業の利用についての相談。有償ボランティアとしての活動についての説明。アイル店内

カフェ・販売のボランティアも募集中。
方 電話(要予約)

NPO 法人恵庭市体育協会 イベント情報
方 恵庭市体育協会ホームページを検索 問・申 恵庭市黄金中央5丁目199-2 恵庭市総合体育館内 NPO法人恵庭市体育協会(☎21-9900 / 平日9時～17時) ホームページ: http://www.eniwa-taikyo.com/

《共通》
方 体育協会HP内、特設申込フォーム又は総合体育館窓口 ※但し、親子deヨガ&セルフリンパマッサージ、初心者Jrバドミントン教室、Jrバドミントン教室は、窓口申込みはしておりません。 限【受付期間】3月4日(月)9時～11日(月)【抽選結果】3月12日(火)13時以降HP発表 ※応募多数は自動抽選 他【参加料お支払い】3月13日(水)～20日(水)まで(9時～20時30分)に総合体育館受付前「券売機」でお支払いの上窓口にて手続き。 ※詳しくは、HPをご覧ください。

■ヨガ教室 リラックス&エナジーヨガ
日 4月2日(火)～6月25日(火) 毎週水曜日、5月9日(木)【全12回】19時15分～20時30分 所 総合体育館 研修室 内 肩こりや、頭痛、腰痛、骨盤のゆがみ改善やダイエットにつながるヨガ。初めての方でも安心♪ 対 市内在住の高校生以上 定 35名(最少催行人数15名) 講 ヨガイストラクター 渡部智華先生・武田真弓先生 費 3ヶ月6,000円(保険料込) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物、ヨガマット

■初心者 Jr バドミントン教室(前期)
日 4月3日(水)～9月25日(水) 毎週水曜日、7月29日(月)【全24回】16時15分～17時15分 所 総合体育館 第2体育室 内 ラケットの正しい握り方、振り方、打ち方を身に付けます。 対 市内小学4～6年生の「ラケットの握り方・振り方」がわからない方 定 18名(最少催行人数10名) 講 当協会職員2名、恵庭バドミントン協会 費 6ヶ月12,000円(保険料込) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物、上靴、なわとび、ラケット

■Jr バドミントン教室(前期)
日 4月3日(水)～9月25日(水) 毎週水曜日、7月29日(月)【全24回】17時30分～18時30分 所 総合体育館 第2体育室 内 基礎からしっかりと学び様々なショットやルール・マナーを学びます。 対 市内小学4～6年生の「サーブ」「クリア」の打てる方 定 18名(最少催行人数10名) 講 当協会職員2名、恵庭バドミントン協会 費 6ヶ月12,000円(保険料込) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物、上靴、なわとび、ラケット

■バレトン教室
日 4月4日(木)～6月27日(木) 毎週木曜日、6月18日(火)【全12回】10時15分～11時15分 所 総合体育館 研修室 内 「バレトン」とは、バレエ×ヨガ×フィットネスの動きを組み合わせた裸足でおこなうボディメイクエクササイズです♪とても簡単な動きで、初めての方でも安心☆ 定 20名(最少催行人数10名) 講 バレトンインストラクター 菊池日奈子先生 費 6,000円(保険料込) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物

■♪ ZUMBA ♪
日 4月8日(月)、22日(月)、5月13日(月)、29日(水)、6月10日(月)、24日(月) 第2・4木曜日【全6回】19時15分～20時30分 所 総合体育館 研修室 内 ラテン音楽のノリのいいリズムで楽しく汗をかく有酸素系ダンスプログラム! 定 20名(最少催行人数10名) 講 フィットネスインストラクター 東友子先生

費3,000円/6回(保険料込) 持 運動のできる服装、上靴、タオル、飲み物

■親子 de ヨガ&セルフリンパマッサージ
日 4月12日(金)、19日(金)、26日(金)、5月10日(金)、17日(金)、24日(金)、6月7日(金)、14日(金)、28日(金)【全9回】10時30分～11時45分 所 総合体育館 研修室 内 肌が触れ合うことや子どもと同じ動きをして一緒に楽しむことで親子の絆が深まり、たくさんのスキンシップで子どもの情緒を安定させる効果があります 対 生後1ヶ月～3歳までのお子さんと保護者 定 15組(最少催行人数10組) 講 ヨガイストラクター 大坂かなめ先生 費 4,500円(保険料込) 持 汗拭きタオル、動きやすい服装、飲み物、大きめのタオル

まちづくりスポット恵み野 イベント情報
所 恵庭市恵み野里美2-15(フレスポ恵み野内) NPO法人まちづくりスポット恵み野 他 休館日/火曜日、年末年始 問・申 ☎39-2232 / 10時～18時

■ふれあい親子ヨガ
～ふれることでこころがつながる～【春】
日 2月27日(水) 10時30分～11時30分 内 親子でからだスッキリ、こころポカポカ♪楽しくからだを動かして健康的な子育て♪ 対 3ヶ月以上のお子さまとママ 定 親子7組(兄弟参加歓迎) 費 一組500円(レンタルマット付き) 持 タオル、水分、お子さまのお世話に必要な物

■「ベビーマッサージ+ MAMA CAFE」
日 3月20日(水) 10時30分～12時 内 ベビーマッサージで赤ちゃんのママの深いコミュニケーションのあと、ママ同士飲み物を飲みながら楽しくおしゃべりしましょう! 対 生後2ヶ月～12ヶ月の赤ちゃんのママ 定 親子10組 費 700円(飲みもの付き) 持 バスタオル、赤ちゃんの飲み物(授乳可)

北海道日本ハム ファイターズ 2019年度恵庭市民応援デー

■ファイターズ戦にご招待!
2019年度恵庭市民応援デー
日 4月13日(土) 14時試合開始 内 北海道日本ハムファイターズでは4月13日(土)14時から札幌ドームで開催される千葉ロッテ戦に恵庭市にお住まいの方200組400名様をご招待致します。観戦希望の方は以下のURL・QRコードよりお申込み下さい。 対 市民 定 応募多数の場合は抽選 方 パソコンの場合: https://www.fighters.co.jp/expansion/invitation/2019/ スマホ・携帯の場合: 下記のQRコードより申込フォームにアクセスして下さい。 限【申込期間】3月1日(金)～15日(金) 他【対象席種】C指定席(塁側・お座席位置はお選びいただけません)【その他】当選者の方で別の席種をご希望される場合、試合日当日札幌ドーム場内前売券売場にて座席変更を受付致します(有料・席数限りあり)。当落通知は、試合日の1週間前までにメールにて送付致します。 [fighters.co.jp]および [fmail.fighters.co.jp]の各ドメインからのメールを受信できるよう事前に設定をお願い致します。 問 北海道日本ハムファイターズお客様センター(☎0570-005-586)

