



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。

4月からメールアドレスが変更になっています

情報掲載希望の方は 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

次回6月28日号掲載

原稿の締切は

6月7日(金)

行事のお知らせ

第11回フォトクラブ「写遊」 「令和元年」写真展

6月1日(土)～14日(金) 展示期間は本館の開館時間に同じ ※初日は12時から最終日は16時まで 所 図書館本館 内 6月1日(土) 写真の平成の回想、令和へ夢の旅先から思いでの一枚 関 谷内(☎090-3115-4340)

恵み野囲碁同好会5月大会

本で実力アップ!大会で試そう!! 6月1日(土)12時30分～17時 所 恵み野会館 内 A、Bグループに分かれ各1～3位、参加賞あり 対 どなたでも 定 なし 費 500円(会場費他) 持 なし 方 直接会場へ 関 なし 他 対局時計使用、結果知恵ネット掲載 関 会長:須田(☎090-1307-3141) 担当:小山(☎37-1082)

カワセミ観察会

カワセミや夏鳥などを探し、身近な自然を感じよう! 6月2日(日)、16日(日)9時～12時(集合・解散は郷土資料館駐車場) 所 市内各河川 内 漁川や柏木川などに生息する、カワセミや夏鳥、植物や昆虫などの身近な自然を探します。 対 どなたでも 定 特になし 講 恵庭カワセミの会会員 費 無料 持 あれば、双眼鏡 方 直接会場へ 他 雨天の場合は、屋内で実施(スライドや写真による勉強会を実施) 関 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

6月3日(月)、17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5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 関・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

6月6日(木)、13日(木)10時～12時30分 所 えにあす キッキングスタジオ 内 【春巻きの皮を使って!】お手軽ピロシキ、コールスローサラダ、丸ごとトマトのスープ、ハチミツくるみ 対 おおむね60歳以上の方 定 各回8名(申込順) 費 1,500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日前までをお願いします 関・申 管理栄養士 小田(☎090-2879-8176)

セルフリンパケア教室

6月6日(木)18時30分～20時【水曜日コース】6月の毎週水曜日【土曜日コース】6月の毎週土曜日10時～11時30分 所 レビューサロン恵庭店 2階 内 深呼吸していますか?“息”は“自分の心”と書きます。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。まずは自分の体を知ることから。 講 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 関・申 レビューサロン恵庭店(☎33-0766)

第10回 胡蝶の会定期演奏会 (二胡・古筝)

6月9日(日)開場13時、開演13時30分 所 恵み野会館 活動室 内 【演奏曲目】クラシック、歌謡曲、唱歌、民謡、ポピュラーソング、中国の曲等10曲 対 どなたでも 費 無料 方 直接会場へ 関 安富 由紀子(☎36-7610)

6月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」 6月10日(月)18時30分～21時、6月28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 関 今井(☎33-9513)

寿泉書道サークル作品展

日頃の成果をご覧ください 6月12日(水)～18日(火)10時～20時 ※初日16時から、最終日15時まで 所 フレスポ恵み野 内 生徒さんの日頃の成果を発表します。今年度全国書道展に初トライしましたが、その出品作品も展示します。【5月道の駅で展示予定でしたが、展示場所を変えての開催となります】 関 寿泉書道サークル 講師 末永 寿泉(☎37-2932 / メール: syodow.ks.ks@gmail.com / ホームページ: https://syodow-ks.jimdo.com/)

楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪ 6月15日(土)9時30分集合(小雨決行) 所 集合場所: JR恵み野駅西口 内 梅花藻の道(約7.1km) 対 どなたでも 費 200円(保険料含) 持 タオル、水、帽子 関 松尾(☎36-7877)

手うちそば例会上

会員募集 恵庭川沿そば道場 6月16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。 対 どなたでも 費 1,100円(材料代) 持 バンダナ、エプロン、容器 方 FAX 関・申 渡 邊(FAX 34-

3350) 留田(FAX 33-2513)

恵庭歩く人達の会

第188回 ウォーキング 6月16日(日)集合9時、出発9時10分 所 集合場所: JR千歳駅西口(交番側) 内 コース名: 千歳川散策【JR千歳駅～さけのふるさと館～マチ川～青葉公園～千歳川～JR千歳駅(13km)】 費 300円(保険料含む、交通費は各自負担) 持 昼食、飲料水、タオルほか 他 事前申込・入会不要 関 事務局 三浦(☎090-9516-1112) 会長 林(☎090-7641-8738)

声とことばの研究会

美しい音の世界シリーズ Vol.2 「イタリア・オペラのヒロインたち」 6月19日(水)開場18時30分、開演19時 所 夢創館 内 愛に全てささげる蝶々夫人、権力に固執するマクベス夫人など、オペラの名曲を通じて、女性の生きざまを歌とピアノで表現します。【出演】ソプラノ 福崎 芳枝、ピアノ 川村 紀子、ナビゲーター 上森 ゆう子 費 前売り2,000円、当日2,500円 他 【チケット販売所】オフィス上森、夢創館(☎36-6050) 関・申 声とことばの研究会(オフィス上森(株)内)(☎33-6908 / FAX31-3566 / メール: uemori@office-uemori.com)

指ヨガで認知症の予防

6月21日(金)10時～11時30分 所 恵み野会館 会議室(2) 内 「龍村式指ヨガ」は、指を回したり、反らしたり、手のひらや甲を揉んだりするだけで、脳のストレスを解消し、心身のアンバランスを改善。①脳トレ②指ヨガ③イスに座ったヨガの3本柱で行います。 対 どなたでも 定 なし 講 龍村式指ヨガ マスターインストラクター 本多 健児さん

費500円(ドリンク付き) 持 なし 方 直接会場へ(申し込み不要) 関 本多 健児(☎37-2728)

第84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 6月22日(土)13時～ 所 恵み野北会館 内 悪と闘う「七つの顔の男」千恵蔵の十八番「多羅尾伴内・二十一の指紋」の上映(昭和23年角川) 費 入場無料 関 山田(☎36-3158)

恵庭気響会 森林浴をしながら気

功体操をしてみませんか ゆったりした動きで気の流れ、血流の流れを良くしましょう 6月23日(日)10時～ 所 恵庭公園 陸上グラウンド裏 対 どなたでも 費 無料 方 直接会場へ 関 末岡(☎34-7509)

3匹のこぶたちん平成道産子組 in Eniwa 第3話

6月29日(土)開演14時 所 夢創館 内 北海道出身落語家の落語会 対 どなたでも 費 前売2,000円、当日2,500円 方 メール 他 【販売場所】夢創館、たけやま書店 関 高尾(☎090-9518-4000) 申 メール: 3kobutachan.hokkaido@gmail.com

恵庭市民バスケットボール大会・第16回鳴海カップ

6月29日(土)～30日(日) 所 総合体育館 内 バスケットボールの市民大会 対 市内に居住・通勤・通学する高校生以上の人 定 男子14チーム、女子8チーム(申込順) 費 1チームあたり7,000円 方 メール【チーム名・連絡先・代表者・男子チームor女子チームを明記】 関 6月14日(金) 他 チーム定数に達し次第、締め切ります 関 恵庭バ

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

口腔衛生キャンペーン開催のお知らせ!

お口の健康を楽しく学べる体験がいっぱい! 生涯を通じた歯の健康づくりをすすめましょう!

日 時: 6月23日(日) 13時～15時 会 場: 恵庭市市民会館2階 内 容: ★成人歯科健診 ★歯科相談 ★はみがき指導 ★フッ素塗布 ★歯医者さんのお仕事体験 ★各種展示 など



全て無料 《むし歯予防ポスターコンクール》 《親子の良い歯のコンクール》 《8020高齢者の歯のコンクール》の表彰も行われます。 ※事前診査が必要です。

歯ブラシや歯磨き粉、キシリトールガム等の試供品もあります。

問い合わせ: 紺藤歯科 (☎35-5511)

【主催】恵庭市歯科医師会 【後援】恵庭市 恵庭市教育委員会 千歳保健所 北海道ハイテクノロジー専門学校歯科衛生士学科



スケートボール協会 根深 (☎090-5185-5247) ※17時以降 申 メール: eniwa-basket@outlook.jp

■近畿大学公開講座2019 in 恵庭  
《令和元年 新しい時代と街づくり 私たちの暮らしを支える最先端学問 ～KINDAI から次世代へ～》

日6月29日(土)13時～15時40分(開場・受付12時30分) 所 市民会館 2階大会議室 内 講演①「新元号～令和～の由来とその意義」②「再生可能エネルギー：バイオコックスを有効活用した新しい街づくり」 定100人 講 近畿大学経営学部 原田 信 准 教授、バイオコックス研究所 富田 義弘 講師 費 無料 方 FAXまたはメール ※受講される方全員のお名前、ご連絡先を明記 限6月27日(木)締め切り 問・申 近畿大学バイオコックス研究所 (☎37-8533 / FAX37-8522 / メール: kindaieniwa@gmail.com)

■ハスカップ摘み取り開放

日6月29日(土)、30日(日)9時～14時(受付8時30分、最終入園13時) 所 ルルマップ自然公園「ふれらんど」農園広場 費 入園料無料、摘み取り価格1,200円/kg(お一人さま概ね2kg程度迄) 問 シルバー人材センター 藤澤 (☎34-0311)

■市民囲碁大会

日6月30日(日)12時30分～(受付開始12時) 所 碁席えにわ 費 参加費1,000円 問 小崎 (☎33-5283)

募集中!

■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!体験会!

日6月5日(水)、19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! 対 どなたでも 定10人(申込順) 講 大川 尚子 費 体験1回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)

■梅ジュース・梅干し・ガリ作り体験会  
タッパーウェアさくらんぼ HPs 主催

日①6月9日(日)10時～12時②6月23日(日)10時～12時③6月23日(日)13時～15時 所 えにあす キッキングスタジオ 内 発酵食・保存食づくりをご紹介します。6月は梅仕事。①6月9日(日)は梅ジュース②6月23日(日)午前は梅干し③午後はガリ漬の体験をします 対 どなたでも 定 各回15人 講 若木 里美 費 各回1,000円 試食・お土産付 持 エプロン 方 電話またはメール 問・申 わかき さとみ (☎080-1897-7140 / メール: naturalhealingfairy@gmail.com)

■恵庭気響会

日・所【和光会館】毎週火曜日10時～【有明会館】毎週木曜日18時30分～ 対 どなたでも 費 月会費500円 他 動きやすい服装で 問 恵庭気響会 末岡 (☎34-7509)

■表千家茶道サークル会員募集

日 第1・3火曜日(月2回)13時～17時 ※月により変更あり 所 市民会館 3階和室 内 表千家の茶道を通じて、日本文化に触れてみませんか。男女年齢不問、初心者大歓迎。(見学・お稽古参加も可) 費 会費2,000円 問 扇谷 (☎090-8374-2144)

■恵庭市民文芸第45号原稿募集

内 第45号の作品を募集します。いずれも未発表の作品に限ります。【作品の種類・枚数】創作・ルポは30枚以内、随筆・紀行は5枚以内、詩100行以内、俳句・川柳10句以内、短歌5首以内 限7月31日(水) 他 編集部により選考し、掲載が決まった場合は所定の投稿料をいただきます 問 送付先 高橋(〒061-1425文京町1-21-2 / ☎33-1657)

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 他 営業時間:4月1日(月)～10月31日(木)まで10時～17時になります。休館日:日曜・祝日・月末棚卸し 問・申 ☎39-3355

■初めての鍼灸体験  
体の中から健康に

日6月8日(土)10時30分～16時 内 ひとりひとりに合ったはり・きゅう治療を行います 定5名(要予約) 講 えがお鍼灸整骨院 院長 大湊 達也 費4,980円(60分) 他 裾のまくりやすいズボンでお越し下さい

■池田 玲子先生のコミュニティーレストラン・ミニ

日6月10日(月)10時15分～12時30分 内 親子丼、うの花、ミックスマなめ茸、ひとくちドーナツ 定16名 費500円 持 エプロン・頭巾・布巾・マイ箸 他 試食だけの参加も歓迎

■大人の塗り絵でセラピー

日6月13日(木)13時30分～16時 所 会場は【えにあす 会議室6】になります 内 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 定5名(要予約) 講 山田 小百合さん 費1,000円 持 不要

■タロットセラピー「これからの運勢と悩みや迷いをカードで占います」  
仕事運・恋愛運・人間関係 etc.

日6月15日(土)10時30分～15時 定8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6月15日(土)18時～20時 内「喜劇 につぼんのお婆ちゃん」(1962年・松竹映画)【監督】今井 正【出演】ミヤコ蝶々、北林 谷栄 定25人 講 近藤 春夫さん 費 無料

■押花サークルK「押花 恵み野サークル作品展」

日6月17日(月)～28日(金)※最終日15時まで 内 お庭で育てた花や、散歩の途中で見つけた草花を押花にして、額にアレンジしたハガキやタイル等の小物づくりを楽しんでいます 他 【押花講習会】6月17日(月)、24日(月)10時30分～15時 押花ハガキ2枚 定員10名(6月15日(土)要予約) 講師:三田 公子さん 料金500円

■虫除けハーブのハーバリウムディフューザー作り

日6月24日(月)10時30分～12時 内 今年もやります!虫の苦手な香りでお寄せ付けない、私たちにはさわやかなハーブの香りと素敵なハーバリウムで自分だけのインテリアディフューザーをつくりましょう 定7名(要予約) 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

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 体育協会ホームページ内、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、子どもかけっこ&陸上教室は、窓口申込みはしていません。

限【受付期間】6月4日(火)9時～13日(木)【抽選結果】6月14日(金)13時以降ホームページ発表 他【参加料お支払い】6月15日(土)～23日(水)まで(9時～20時30分)に総合体育館受付前「券売機」でお支払いのうえ窓口にて「券」の提出 ※但し、子どもかけっこ&陸上教室は、【受付期間】6月25日(火)～7月8日(月)【抽選結果】7月9日(火)13時以降ホームページ発表【参加料お支払い】7月10日(水)～19日(金)(7月16日(火)休館日除く)に窓口にて手続き ※応募多数は自動抽選 ※詳しくはホームページをご覧ください

■ヨガ教室 リラックス&エナジーヨガ

日7月2日(火)～9月26日(木)毎週火曜日、8月22日(木)、9月26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 ヨガインストラクター 渡部 智華先生・武田 真弓先生 費3ヶ月6,000円(保険料込み) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(ご持参下さい)

■バレトン教室

日7月4日(木)～9月26日(木)毎週木曜日【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3ヵ月6,000円(保険料込み) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物

■親子 de ヨガ&セルフリンパマッサージ

日7月5日(金)、19日(金)【全2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 ヨガインストラクター 大坂 かなめ先生 費1,000円(保険料込み) 持 汗拭きタオル、動きやすい服装、飲み物、大きめのタオル

■♪ ZUMBA ♪

日7月8日(月)、22日(月)、8月12日(月・祝)、26日(月)、9月9日(月)、23日(月・祝) 第2・4月曜日【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(保険料込み) 持 運動のできる服装、上靴、タオル、飲み物

■子どもかけっこ&陸上教室

日7月26日(金)9時30分～11時30分(受付8時50分～9時20分) 所 恵庭公園 陸上グラウンド ※雨天の場合は、福住屋内運動広場 内 講師に北海道ハイテクアスリートクラブ所属選手を迎え、子どもたちに走る楽しさや体を動かす楽しさを学べます。 対 小学生(保護者の方の付き添いをお願いいたします) 定70名 講 北海道ハイテクアスリートクラブ 費700円(保険料含む) 持 運動できる服装、履きなれた運動靴、タオル、飲み物、天候によっては帽子、上着などご用意ください。

北海道コンサドーレ札幌 2019年度恵庭市民応援デー

■北海道コンサドーレ札幌 第20節 ご招待! ～恵庭市民応援デー～

日7月20日(土)13時キックオフ 所 札幌厚別公園競技場 内 北海道コンサドーレ札幌 VS 湘南ベルマーレ 定 招待数100名 ※定員を超えた場合は抽選 費 無料 方 ①スマホまたはタブレット端末(携帯電話からの申込み不可): 下記のQRコードよりお申込みください(JリーグIDの取得が必要) ②往復はがき: 往信裏面に申込者(観戦希望者)の住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス、返信の宛名面に返信先を記載 他【座種】コンサドーレゴール裏ゾーン ※満席の場合は他の座種へご案内する場合があります【入場方法】①当選者に入場QRコード取得用URLおよびシリアルコードをメールでお知らせ。QRコードを取得し表示できる端末が印刷されたものを持参②当選者あてに送付された返信はがきを特設ブースにてチケットとお引き換え。(当選はがきでは入場できません)【注意】・往復はがき1枚で複数人の申込みはできません ※家族で申込みの場合は家族人数分の往復はがきが必要(未就学児は、お席が必要でなければ入場券は必要ありません)・フリクションペンでの記入はご遠慮ください 問・申 北海道コンサドーレ札幌 恵庭市民応援デー係 (〒063-0052札幌市西区宮の沢2条3丁目4番1号 / ☎011-777-5310)

