

恵庭市 市民活動 センター 情報 **8月**

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。

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 8月30日号掲載
原稿の締切は **8月7日(水)**

行事のお知らせ

■えにあすミニ夏祭り

日7月27日(土)12時～20時 所 えにあす 内 道沿いの芝生エリアに屋台が並びます 関 市民活動センター (☎34-7000)

■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7月27日(土)～28日(日)10時～16時 所 フレスポ恵み野 施設内通路 内 夏休みの自由研究に最適なワークショップ多め。お子さんから大人まで楽しめる作品作りや体験ができます。大人気の作家さんの素敵な作品を展示販売します。 対 どなたでも 他 フードドライブ：常温保存可能、消費期限が1ヶ月以上残の未開封のもので、食べる予定がない食品があればご寄付をお願いいたします。当日、ミナミナ市会場まで。 関 山口 (☎090-8659-9032 / メール：minamina-ichi@hotmail.com / インスタグラム：minaminaichi)

■恵庭ユネスコ協会「平和の鐘を鳴らそう」～平和への祈りと願いをこめて～

日7月30日(火)集合11時45分、開会12時 所 千歳山 天融寺 内 2度の世界大戦の悲しみと反省の中から世界平和を求めてユネスコが誕生しました。7月と8月は、民間ユネスコ運動の日です。平和への祈りと願いをこめて、「平和の鐘を鳴らそう」は全国で展開されています。恵庭ユネスコ協会では、この事業に多くの方に参加いただき、ともに平和を誓うことを願うものです。 対 どなたでも 定なし 費 無料 持なし 方 直接会場へ 関 恵庭ユネスコ協会事務局(市社会教育課担当：渡部) (☎33-3131 / 内1710)

■島松絵画同好会作品展

油絵などの作品を展示します 日8月1日(木)～9日(金)初日は10時から、最終日は18時まで 所 図書館本館 ギャラリー 内 島松同好会会員の作品を展示します 関 島松絵画同好会事務局 阿部 (☎090-3117-3869)

■まちじゅう図書館移動読書会 Vol.20 本好き集まれ！自分の好きな本を紹介しよう

日8月3日(土)18時～20時 所 トモエ ベーグル(恵み野西2丁目2-12) 内 時間をお昼時に設定できなかったため、夕方開催となりました。軽食をとりながら好きな本を紹介しあう集まりです。おいしいものを食べながら、好きな本についておしゃべりしましょう。どうぞお気軽にご参加ください。 対 どなたでも 定4～8人(申込順) 調なし 費 無料(ただし、別途1,500円程度軽食代が必要) 持 紹介したい本 方 電話 限7月31日(水)まで 関・申 上森 (☎33-6908)

■恵み野囲碁同好会 8月大会 あなたの實力、試してみよう！！

日8月3日(土)12時30分～17時 所 恵み野会館 内 棋力に合わせ、2

グループに分けて対局(四局)。対局時計使用。賞は、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 会長：須田 (☎090-1307-3141) 担当：小山 (☎37-1082)

■ブルーベリー摘み取り開放(8月)

日8月3日(土)～18日(日)毎週水・土・日曜日9時～13時(受付9時、最終入園12時) 所 ルルマップ自然公園「ふれらんど」農園広場 費 入園料大人(小学生以上)300円、子供(4歳以上)100円、摘み取り価格1,500円/kg(お一人様概ね2kg程度迄) ※果実がなくなり次第終了 関 シルバー人材センター 藤澤 (☎34-0311)

■恵庭カワセミの会

①自然観察会&ジンギスカン 【庭園内のピオトープなどで、身近な自然を探します】 日8月4日(日)9時～12時 ※昼食参加者～14時 所 サッポロビール庭園(集合：JRサッポロビール庭園駅、解散：園内) 内 庭園内に生息する、夏鳥、植物や昆虫など身近な自然を探します。(昼食希望者は観察会のあと、ジンギスカンとできたてのビールで乾杯!) 対 どなたでも 定10名程度(申込順) 費 観察会無料、昼食希望者3,500円 持あれば、双眼鏡 方 直接会場へ ※昼食希望者は電話で要申込 限8月2日(金)昼食希望者のみ

②川下り観察会

【カワセミ目線で流域の自然を感じよう!】 日8月18日(日)9時～14時 所 市内漁川下流域(集合・解散は郷土資料館駐車場) 内 漁川をゴムボートで下りながら、カワセミとその生息環境調査を行い、流域に生息する動植物などの身近な自然も探します。 関 乗船観察要員、陸上サポート要員 定10名程度(申込順) ※サポート要員含む 費500円(昼食・保険代) 持あれば、双眼鏡、スマホ(携帯電話) 方 電話 限8月16日(金) 他 荒天時は、屋内で実施(スライドや写真による勉強会を実施)

【共通】

関 恵庭カワセミの会会員 関・申 恵庭カワセミの会事務局 前田 (☎090-1306-6357)

■8月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」 日8月5日(月)18時30分～21時、8月30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)

■ストレッチポール& HAPPY YOGA 恵庭

日8月5日(月)、19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)

■核兵器のない世界を～平和の鐘を鳴らそう～

日8月6日(火)8時15分～、8月9日(金)11時2分～ ※原爆投下時刻の15分前にお集まりください 所 天融寺・本誓寺 内 地球上から核兵器をなくし、戦争のない世界を子どもたちに残したい。そんな願いを込めて原爆投下の時刻に合わせて、お寺の鐘をつきましょう。 関 恵庭「平和の鐘」実行委員会 事務局 瀬川 (☎34-7472)

■らくらく料理教室

日8月8日(木)、22日(木)10時～12時30分 所 えにあす キッキングスタジオ 内【疲労回復料理を作ろう!】簡単パンパンジー、きくらげときゅうりの辛子和え、トマトのサンラータンスープ、フライパンで焼きバナナ 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日前までお願いいたします 関・申 管理栄養士 小田 (☎090-2879-8176)

■ボンボンダンス・バトンダンス体験会 ダンスアトリエ フェリール

日8月8日(木)【ボンボンダンス】10時～10時50分【バトンダンス】11時～11時50分 所 えにあす 内 音楽に合わせてストレッチをしたら、バトンやボンボンをつかって、楽しくおどろろ!! 対【ボンボンダンス】年中～年長【バトンダンス】年長～小学生 費500円/1回 持動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物、タオル 方 電話またはメール 関・申 鍋島 (☎090-2423-2250 / メール：dance.a.ferire@gmail.com)

■セルフリンパケア教室

日ナイターお試し8月8日(木)18時30分～20時【水曜日コース】8月毎週水曜日【土曜日コース】8月毎週土曜日10時～11時30分 所 レビューストサロン恵庭店 2階 内 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。 関 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 レビューストサロン恵庭店 (☎33-0766)

■楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます! 日8月17日(土)9時30分集合(小雨決行) 所 集合場所：JR恵庭駅西口 内 せせらぎの道(約6.9km) 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)

■えにわ沖縄三線サークル(ニヌファブシ)体験見学会

ゆんたく(おしゃべり)しながら、わきあいあいとした雰囲気の中で体験できます

日8月17日(土)、31日(土)13時～14時30分 所 串あげ居酒屋 まるご商店(栄恵町1-2レジデンスアルファ1階) 内 お子さんからおじい様まで、どなたでも興味がある方であれば体験・見学が可能です。 対 どなたでも 定10人程度(先着順) 調 上見 充純寛(うえみみつひろ) 費 無料 持 沖縄三線の無料貸出あります 方 電話 関 まずは、気軽に見学にお越しください。会員随時募集(入会時3,000円、2回券3,000円) 関・申 上見 充純寛 (☎080-9851-3486 / メール：ninufabushi704@gmail.com)

■恵庭手打ちそばの会「そば打ち見学」

日8月18日(日)9時30分～11時30分 所 いくみ会館 内 活気ある会場の雰囲気、上級者によるマンツーマン指導、打ち立てそばの試食等、当会の活動を知りきっかけにしてください。入会受付中 対 どなたでも 費 無料 方 電話 関・申 村里 (☎080-6094-0357)

■恵庭歩く人達の会

第190回 ウォーキング 日8月18日(日)集合8時45分、出発9時10分 所 集合場所：JR恵庭駅東側(えにわ病院側) 内 コース名：水と緑と太陽(11km)【JR恵庭駅～旧トリアル～みどり台公園～すこやか公園(千歳市桜木町)～勇舞の湯～麒麟ビール工場】 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 事前申込不要・入会不要 関 事務局 三浦 (☎090-9516-1112) 会長 林 (☎090-7641-8738)

■えにわヨガフェス2019

日8月18日(日) 所 黄金ふれあいセンター 内 市内外から有名な先生をお呼びした一日中ヨガの初イベント。ヨガに関連したお店も多数出店。 定 メインエリア50名(a)、サブエリア18名(b)、芝生エリアなし(c) ※定員に達しているレッスンはお断りする場合があります ※定員に達していない場合、当日参加可能(+200円) 費 入場無料、レッスン有料(一部無料あり) 【レッスンチケット】アシュタング4,500円、1チケット1,500円、2チケット2,900円、3チケット4,300円 持 運動に適した服装、タオル、水、ヨガマット 他 【スケジュール】①アシュタング(9時30分～11時)(a) ②ヨガ&ストレッチ(10時～11時15分)(b) ③陰ヨガ～マインドフルネス(11時15分～12時45分)(a) ④空の下でバクティフローヨガ(11時30分～12時15分)(c) 無料 ⑤基本の沖ヨガ(13時15分～14時45分)(a) ⑥COCOYOGA×みんなでヨガスペシャルコラボ～ペアヨガ～(13時30分～14時45分)(b) ⑦はじめてのパワーヨガ(15時～15時45分)(c) ⑧陰ヨガからの陰～秋へ(16時～17時30分)(a) ※芝生エリアは、雨天時サブエリアで実施予定(予約優先) 関 齊藤 (☎080-4048-1969)

※詳しくは、URLを参照してください
https://www.facebook.com/events/379473679310061/

■Eniwa 朝活推進部

①大人女子のココカラケア

8月21日(水)10時30分～11時30分 所 黄金ふれあいセンター 和室 内 深呼吸で自律神経のバランスを整え、カラダを労りながらのリンパセルフケアと、リンパの流れを意識したストレッチで健康的な朝の時間を過ごしませんか? 定5名 講wellness planning kirari 健康運動指導士 平井 梓、アロマリンパcell 気流良 石上 一美 費500円(レンタルマット、ハーブティー代含) 持タオル、水分 他 ストレッチ素材のリラックス出来る服装、裸足になれる準備をお願いします

②はぴナビカフェ あたしん家

8月22日(木)10時～11時30分 所 市民会館 市民相談室 内 子育てで誰かに聴いて欲しいこと、聴きたいことありませんか? 場所が違えば、時代が違えば、価値観が違えば子育てが違って当たり前! みんなで楽しくお話ししましょう! 費無料 方 事前申込不要 他 出入り自由、子連れオッケー、飲食物持込可、秘密厳守

《共通》

問・申 Eniwa 朝活推進部 石上(☎080-4044-8313) 平井(メール:w.p.kirari@gmail.com / LINE:@qst1806r)

■24時間テレビ「愛は地球を救う」

8月24日(土)16時～19時、8月25日(日)9時～20時54分 所 ショップ酒蔵・シャディサラダ館 駐車場 内 募金会場、ミニ縁日(焼き鳥等) 対 どちらでも 問 ショップ酒蔵・シャディサラダ館(☎33-5600)

■第86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

8月24日(土)13時～ 所 恵み野北会館 内 今月もありし日を偲ぶものでボンちゃんこと高島 忠夫さんの「坊ぼん罷り通る」(昭和33年・新東宝)の上映 費 入場無料 問 山田(☎36-3158)

■市民囲碁大会

8月25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)

■手うちそば例会案内

会員募集 恵庭川沿そば道場

8月25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 どちらでも 費1,100円(材料代) 持 バンダナ、エプロン、容器 方 FAX 問・申 波邊(FAX34-3350) 留田(FAX33-2513)

■第5回 えにわ市民フェスティバル

次代をにう若きパフォーマーたちの祭典

9月7日(土)15時～17時30分 所 市民会館 大ホール 内 次代をにう若者の練習成果発表 演目(クラシックバレエ・ダンス・一輪車演技・バトントワリング等) 対 どちらでも 定800人(先着順) 費 入場券(チケット)500円 他【チケット取扱】市民会館・たけやま書店・夢創館・恵庭RBパークセンタービル 問 市民会館(☎33-3171 / 内線6114)

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!

7月31日(水)、8月14日(水)、28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 どちらでも 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)

■こどもクッキング 無添加! てづくり

ソーセージ&マヨネーズを作ろう タッパーウェアさくらんぼHPs 主催

8月3日(土)10時～12時30分 所 えにあす クッキングスタジオ 内 夏休みこどもクッキング! 無添加のソーセージ・マヨネーズを作ります。大人の参加も大歓迎です。 対 どちらでも 定15人 講 若木 里美 費 親子1組1,000円ランチ付 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)

■キッズ・ちびっ子体力向上プロジェクト

①鉄棒と運動遊び幼児教室

8月6日(火)10時～11時 所 総合体育館 内 体の軽い幼児期に鉄棒の感覚を習得すると、小学生になったときに大変役に立ちます! 楽しい運動遊びもたっぷり! パワー発散しましょう! 対 年少～年長 定20名程度 費800円

②親子体操教室

8月20日(火)10時～11時 所 総合体育館 2階 内 発育発達に沿ったプログラムで、この時期に伸びる運動神経や筋力の発達を楽しく遊びながら習得します。お子様は運動量たっぷり! 保護者向けストレッチポールでコンディショニングもあります。 対 2歳前後～就園前(市外も可能、年齢は目安)と保護者(親以外でも可) 定15名(先着順) 費800円(一組)

《共通》

方 メール①開催日②お子様と保護者の氏名(フリカナ)③学年・学校(園)名・就園前のお子様は年齢月齢④住所・電話 <書式自由>必ず2、3日以内に返信メールが届きます。迷惑受信拒否などの設定解除願います。 問 子ども体力向上プロジェクト事務局(☎090-2815-8899) 申 メール:genki_eniwa@yahoo.co.jp

■背骨コンディショニング

テレビ、雑誌でも話題の日野 秀彦創始者プログラム。ダルビッシュ有も絶賛。無料体験お気軽にご参加下さい。

8月9日(金)、23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、ヨガマットで誰にでもできる優しい体操です。筋トレもあります。 対 どちらでも 講 岡崎 真砂子 費 無料 持 ヨガマット、バスタオル、スポーツタオル 方 直接会場または電話 問・申 鈴木(☎080-6072-3590)

■恵庭起業塾

8月23日(金)、30日(金)、9月12日(木)、19日(木)、26日(木)【全5回】19時～21時30分 所 恵庭RBパークセンタービル 3階大研修室 内 起業する際の様々な疑問や悩みを解消し、事業を成功に導くノウハウを

学ぶセミナー。起業に必要な様々な知識の講座のほか、体験談もあります。市外在住の方も受講できます。 対 起業を考えている方、起業して間もない方 定30人 ※応募者多数の場合、初めての方、市内で起業を考えている方優先受付。定員になり次第、期日前でも締切場合がございます。 講 公認会計士・税理士、中小企業診断士、金融機関融資担当者、人材育成コンサルタント他 費 無料 ※但し、8月23日(金)交流会参加者は1,500円負担いただきます 持 筆記用具 方 RBパーク受付窓口、電話、FAXまたはRBパークHP申込専用フォーム 限 8月19日(月) 問・申 恵庭リサーチ・ビジネスパーク企画総務課(☎36-3113 / FAX36-3391 / HP:www.rbp.co.jp)

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 ※お盆休み 8月13日(火)～15日(木) 問・申 ☎39-3355

■エコフェス2019「写真展」

5月19日(日) 恵み野中央公園での様子を振り返って

8月5日(月)～17日(土) ※最終日15時まで

■タロットセラピー「迷いの答えは、あなたの中に」

仕事運・恋愛運・人間関係 etc. ① 8月7日(水)18時～20時 所 会場は【えにあす 会議室6】になります

② 8月17日(土)10時30分～16時 所 えにわ市民プラザ・アイル

《共通》

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)

■初めての鍼灸体験

体の中から健康に

8月9日(金)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2,980円(30分) 他 裾のまくりやすいズボンでお越し下さい

■アイル名画サロン「キネマな夜」

8月17日(土)18時～20時 内 「映画 深夜食堂」(2015年・日本映画)【出演】小林 薫、高岡 早紀、オダギリジョー 定25人 講 近藤 春夫さん 費 無料

■ぶるんとした涼しげな透明感♪

プリザーブドフラワーのポトルアレンジ

8月27日(火)11時～12時30分 内 フタを開けると、爽やかな香りも楽しめちゃう夏らしい飾りやお花をご用意しております 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:https://www.eniwa-taikyo.com/

■「親子運動塾」

親子で簡単にできるエクササイズを体験し、楽しく身体を動かそう!!

9月13日(金)～11月29日(金) 金曜日【全10回】16時30分～18時 所 福住屋内運動広場 内 「走る」「投げる」「跳ぶ」などの基本動作習得。自分の身体をコントロールする能力向上 対 小学1～6年生と保護者 定20組(最少催行人数10組) ※応募多数の場合、自動抽選。最少催行人数に満たない場合は中止 講 北海道ハイテクACアカデミー 小田島 祐太 氏 費7,000円(保険料込み) 持 運動のできる服装、上靴、タオル、飲み物 方 体育協会ホームページ内、特設申込フォーム 限 【受付期間】8月13日(火)9時～22日(木)【抽選結果】8月23日(金)13時以降にホームページにて発表

まちづくりスポーツ恵み野 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ーツ恵み野 他 休館日/火曜日、年末年始 問・申 ☎39-2232 / 10時～18時

■ふれまちフェスタ in まちスポ

普段行っているイベントをピックアップし「ふれまちフェスタ」を開催! 7月28日(日)は「親子の日」。子連れオッケーです!!

① MAMA CAFE +ベビーマッサージ 8月27日(土)10時～12時 内 親子のふれあいを大切にしたいベビーマッサージとお茶を飲みながら育児相談や情報交換などの座談会 対 2ヶ月～1歳半のお子さんともママ 定 親子10組 費 700円 方 事前申込必要

② Smileハウス夏休みの宿題丸付け交換会

8月27日(土)13時30分～15時30分 内 保護者同士子供達の丸付けを交換して情報交換したり、家庭学習を見直したりしてみませんか。 対 小学生のお子さんと保護者 定 親子15組 費 無料 持 夏休みの宿題や家庭学習 方 事前申込必要

③ GP2019木工! ワンちゃんプランターケース作り

8月28日(日)10時～12時 内 みんなでガーデンプランタープロジェクト2019の夏休みDIYは木工ワークショップです。かわいい犬型のプランターケースを親子で作ってみましょう。 対 小学生のお子さんと保護者 定 親子15組 費 2,000円 持 トンカチ、ドライバー(自宅にある方のみ) 方 事前申込必要 他 汚れても良い服装でお越しください

④ ART PROJECT 木工ペイント! オープンスペース

8月28日(日)13時30分～15時30分 内 まちスポに置くローテーブルの天板にペンキで色塗りをします。当日は色塗り出来るようスペースを開放! 午前中に作ったワンちゃんプランターケースや自宅の木工作品に色塗りしてみませんか? 講 清武 昌(アトリエココロ) 費 無料 持 持ち込みの木工作品に色塗りをするときにはペンキをお持ち込みください 他 汚れても良い服装でお越しください

■市民ファシリテーション講座

8月～2020年2月まで【全6回】 内 ファシリテーションは、会議の場を活発な対話からアイデアを生み、わくわくする活動に繋げるための手法です。この講座では、講義と実践を通し実際に会議を運営できるスキルを身につけることを目標にしています。 定30名 費3,000円(全6回) 他 詳細は、まちスポフェイスブックをご覧ください