

恵庭市 市民活動 センター 情報

10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 ▶

【FAX】 ☎ 34-7008

【メール】 shiminkatsudo@city.eniwa.hokkaido.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 10月27日号掲載

原稿の締切は

10月10日(火)

行事のお知らせ

■ジャズコンサート開催

主催：恵み野西町内会

日 9月30日(土) 開場13時 開演13時30分 所 恵み野会館 1階

内 <ルート36クインテット> & <カンパニオ>本格的なジャズとボサノバの演奏 費 無料 方 事前申し込み不要 他 どなたでもご来場OK、お気軽にお越しください。飲み物、お菓子等持ち込み自由です。 問 恵み野西町内会 佐野(☎ 37-0701)

■「秋の自然観察会」

秋に渡る鳥や秋の草花・キノコなどを探し、身近な自然を感じよう!

日 10月1日(日) 9時～12時 所 緑のふるさと森林公園(集合・解散は道と川の駅「花ロードえにわ駐車場」) 内 「森林公園」で秋の渡り鳥、草花、キノコなど、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(及び恵庭きのこの会会員) 費 無料 持 あれば、双眼鏡 方 直接会場(集合場所)へ 他 雨天の場合は、道と川の駅「花ロードえにわ」で実施(キノコの会主催の「キノコ展」を見学しキノコなどの勉強会を行います。) 問 恵庭カワセミの会事務局前田(☎ 090-1306-6357)

■簡単セルフリンパケア

日 10月4日(水)、7日(土)、18日(水)、21日(土) 10時～11時30分 所 レビューストサロン恵庭店2階 内 簡単なストレッチをしながらインナーマッスルを鍛えるとリンパの流れもよくなり体の中のゴミ箱(リンパ節)もスッキリ!免疫力アップで心も体も元気になりましょう 講 リンパセラピスト 山口ひろみ 費 1回 1,000円 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 ティーシャツ、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)

■島松幼稚園カムカムキッズ

親子で楽しく遊びませんか

日 10月6日(金)、20日(金) 10時～11時30分 所 島松幼稚園 内 園のお部屋や園庭で楽しく遊びましょう。 対 0歳～就園前の親子 費 無料 問 島松幼稚園(☎ 36-6655)

■「収穫祭」のご案内

日 10月6日(金) 11時30分～13時 所 地域活動支援センター つどいの家 ビバハウス 横庭(漁町402(工房恵庭内)) 内 ビバハウスの畑で収穫した野菜を使って作った料理をみなさんに提供いたします 費 無料 他 雨天の場合は、ビバハウス内プレイルーム 問 高野(☎ 32-6064)

■笑いヨガ in えにわ

日 10月6日(金)、20日(金) 10時～11時 所 黄金ふれあいセンター会議室C 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です。楽しく免疫力up!老若男女ど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 初めての方のみ開催日までに申込 問・申 笑いヨガ認定リーダー 石山香織(☎ 080-3238-2569)

■科学の祭典「えにわ大会」

日 10月7日(土) 10時～15時 所 生涯学習施設 かしわのもり 内 様々な科学体験や工作教室などのブースを巡って楽しもう! 対 小中学生 定 なし 費 無料 他 事前申し込み不要 問 夢科学☆えにわネット 藤野(☎ 090-1305-5346)

■島松絵画同好会作品展

油絵などの作品を展示します

日 10月7日(土)～15日(日) 9時～19時 ※最終日17時 所 道と川の駅花ロードえにわ 情報コーナー 問 島松絵画同好会事務局阿部(☎ 090-3117-3869)

■恵庭手打ちそばの会 そば打ち見学

日 10月8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そばの美味しさを体感してみませんか。入会受付中 対 どなたでも 費 無料 方 電話 問・申 村里(☎ 080-6094-0357)

■秋のはり・きゅう体験会

日 10月8日(日) 10時～16時 所 北海道メディカル・スポーツ専門学校 附属鍼灸院 内 健康維持・体調改善に!はり・きゅう施術の啓蒙活動の一環として、毎年このイベントを開催しております。健康相談などふるってお越しください。【体験内容】はり・きゅう、バイタルチェック、ストレッチング 対 どなたでも 定 50人(予約優先) 費 500

円 方 電話 問・申 北海道メディカル・スポーツ専門学校(☎ 25-6222)

■恵庭市民弓道大会

主催：恵庭弓道連盟

日 10月9日(月・祝) 9時30分～ 所 総合体育館 弓道場 対 弓道経験のある市民 費 500円 限 10月6日(金) 問・申 小田(☎ 37-1671)

■健康体操講座 講習会

「姿勢を良くするには?」と題して、姿勢体操教室を行います。

日 10月12日(木) 13時～15時 所 黄金ふれあいセンター B会議室 内 姿勢が悪くなるとなぜ肩こりや腰痛などの体の不調が起きるのか? 姿勢についてのお話の後に、姿勢を良くする体操の講習を行います。 対 どなたでも 定 10名(申込順) 講 上村直樹 費 無料 持 筆記用具 方 電話 限 10月11日(水) 問・申 KCS恵庭 上村(☎ 32-8801)

■第29回 MOA 美術館恵庭児童作品展

元気な絵がたくさん展示されます

日 10月14日(土) 10時～17時、10月15日(日) 10時～15時 所 恵庭リサーチビジネスパークセンタービル 内 市内の小学生の絵画作品展です 対 どなたでも 他 【表彰式】10月14日(土) 10時～ 問 美しいまちづくり恵庭ネットワーク 葛西(☎ 33-0185) 永島(☎ 32-4308)

■恵み野北町内会ネットワーク夢主催 イベント

①第64回シネマサロン例会
日 10月14日(土) 13時～ 所 恵み野北会館 内 オードリー・ヘプバーン「素晴らしき遺産」<1951・イギリス日本未公開>の上映 費 無料
②東日本大震災・熊本地震復興支援～楽遊会
日 10月28日(土) 11時～ 所 恵み野会館 活動室 内 手話落語、被災地支援落語家 林家とんでん平 費 無料(愛の善意お願い)
《共通》
問 山田(☎ 36-3158)

■えにわフットパス愛好会

第9回ウォーキング

日 10月14日(土) 10時～14時30分 所 集合場所：恵庭公園管理棟 内 健康チャレンジスタンプラ

リーに参加し素晴らしい紅葉と一緒に楽しみましょう! 【恵庭公園・長都川コース(9.8km)】恵庭公園～ユカンボシ川河畔公園～長都川沿い～みるくのアトリエ(昼食)～恵庭公園 費 200円(保険料含む) 持 昼食(みるくのアトリエを利用する方は不要)、飲料水、敷物(小雨決行) 他 申込み不要 問 事務局 前田(☎/FAX 32-8092)

■10月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 10月16日(月) 18時30分～21時、10月27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 近藤(☎ 33-4663)

■楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪

日 10月21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 彩&河川の道(6.0km) 対 どなたでも 費 200円(保険料含) 持 タオル、水、帽子 問 松尾(☎ 36-7877)

■予防-10 健康塾

指ヨガで認知症の予防

日 10月22日(日) 14時～ 所 恵み野会館 活動室(1) 内 「手は露出した脳である」と言われており、指を回したり、手のひらや甲を揉んだりするだけで、脳を活性化し、自然治癒力を高めます。心身の健康を維持できるよう実技を重点的に行います。 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(高校生以下は無料) 持 なし 方 直接会場へ(申し込み不要) 問 市民が創る健康塾 事務局 小野田 登(☎ 36-6765) 本多 健児(☎ 37-2728)

■恵庭歩く人達の会

第176回 ウォーキング

日 10月22日(日) 集合9時5分、出発9時15分 所 集合場所：JR上野幌駅 内 コース名：森林浴(野幌森林公園)【JR上野幌駅～トド山口(公園入口)～<中央線>～瑞穂の池～<瑞穂連絡線>～ふれあい交流館～<ふれあいコース>～百年記念塔・案内所(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 事前申込不要、入会不要 問 三浦(☎ 090-9516-1112)