

①②共通  
 講師／フィットネスインストラクター東友子氏  
 ところ／千歳公民館 2階大集会室  
 対象／15歳以上の千歳市民又は市内に通勤・通学されている方  
 参加費／各4回1000円(受講料)  
 定員／各30人(申込順)  
 申込期間／11月13日(月)～12月6日(水) ※11月20日(月) ※12月4日(月)は休館日  
 持ち物／動きやすい服装、タオル、飲み物、上靴  
 問合せ・申込／千歳公民館  
 電話／23-2740

## 恵庭市

### 恵み野北町内会主催行事

①第16回作品展  
 書画、書、写真、民芸品など会員の労作を展示、清原伸子水彩画遺作コーナー  
 とき／11月11日(土)、12日(日)10時～ ※12日15時～大正琴「萌季会」の演奏  
 ②第65回シネマサロン  
 少年少女のはかない恋を描いた伊藤佐千夫の原作から「野菊の如き君なりき」  
 とき／11月18日(土)13時～

③北の夢文庫「みんなの図書館」一年まつり  
 開設1周年を記念して読み聞かせ、DVD上映、クイズ、マリンバ演奏などを楽します。  
 とき／11月25日(土)13時～

①～③共通  
 参加費／無料  
 ところ／恵み野北会館(恵み野北5-8-2)  
 問合せ・電話／36-4316(渡邊)

### オカリナコンサート

オカリナサークル「風の歌」20周年記念演奏会。入場無料、直接会場へ。  
 とき／11月12日(日)13時～15時  
 ところ／夢創館(恵庭市島松仲町1)  
 演奏曲／月の砂漠、宇宙戦艦ヤマト他  
 問合せ・電話／39-7533(福良)

### スクエアダンス初心者無料講習会

ウエスタンのリズムに乗って歩くのが基本です。男性女性どなたでも。参加無料。  
 とき／11月13日、20日、27日(いずれも月曜日)10時～12時  
 ところ／桜町会館(恵庭市桜町3-8-13)  
 持ち物／上靴  
 申込方法／電話・FAX、当日会場受付可  
 問合せ・申込・電話／36-3671(FAX共通、石原)

### プレイセンターキオラ体験DAY「一緒に遊ぼう!」

小麦粉ねんど、寒天ゼリーを使って一緒に遊びましょう! 参加無料。  
 とき／11月16日(木)9時30分～11時30分  
 対象／就学前の親子  
 持ち物／着替え、飲み物、おやつ  
 ところ・問合せ／フーレめぐみの(恵み野北3丁目1-1)  
 電話／37-6020

### チャリティーコンサート

\*恵庭ギター同好会&大正琴恵庭会合同演奏会  
 街の灯り、まつり(北島三郎)、トップ・オブ・ザ・ワールド、瀬戸の花嫁他。入場無料。  
 とき／11月19日(日)13時～  
 ところ／夢創館(JR島松駅前)  
 問合せ・電話／090-7652-3573(村上)

### レヴールサックス教室セカンドコンサート

大人から子どもまで楽しめるサックスコンサート。当教室に通う19名のサックスプレーヤーによるソロ、アンサンブル、合奏です。ゲストにクラリネット奏者大井奏さんをお迎えします。参加無料。  
 とき／11月19日(日)18時～  
 ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター(恵庭市黄金南5-11-1)  
 問合せ・電話／070-6636-1091(萩澤)

### ふるさと公園プロジェクトハーブガーデン

ハーブを使ってナチュラルリースを作ろう。材料・道具は準備致します。参加無料。  
 とき／11月25日(土)10時～12時  
 ところ／恵庭建設会館(黄金北4-13-11)  
 定員／20人(先着順)  
 申込期限／11月22日(水)  
 問合せ・申込／恵庭まちづくり協同組合  
 電話／25-6867(平日17時まで)

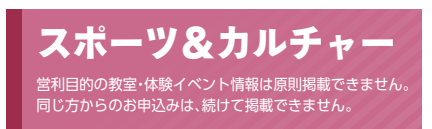
### 恵庭国際理解講座・インターネット安全教室

\*JICA青年海外協力隊北海道OB会主催  
 「もしも世界が100人の村だったら・・」。貧困や教育、環境問題など子供も大人も一緒に楽しみながら世界の現状を感じられるワークショップ。アフリカ・マラウイの協力隊OBとOGが活動体験を交えながら案内します。また、IT技術専門の協力隊OBが、スマホやパソコンでインターネットを安全に使う方法を指導します。入場無料。  
 とき／11月23日(木・祝)13時30分(開場13時)～16時30分  
 ところ／恵庭市民会館2階視聴覚室  
 その他／コーヒーお茶を用意(出入り自由)  
 問合せ・電話／090-7643-3225(浅野)、090-3113-7704(齋藤)



### ちとせモール

①リファイン千歳駅前「リフォーム感謝祭」  
 とき／11月11日(土)・12日(日)10時～17時 ※12日は9時～  
 ところ／1階センター広場  
 ②ドラキッズ2018新規開講入会キャンペーン  
 とき／11月13日(月)～19日(日)10時～17時  
 ところ／1階センター広場  
 問合せ／ちとせモール  
 電話／22-7355



### ティータイムコンサート

アーティスト：ヒカブレフ、曲目：オペラ椿姫より「乾杯の歌」アベマリア(カッチーニ)他  
 とき／11月11日(土)14時～15時30分  
 ところ／千歳メセナ協会(千歳市幸町3丁目15-3 エレガンスビル5F)  
 チケット／1500円(小学生以下無料)  
 問合せ・申込／千歳メセナ協会  
 電話／27-1756(千歳メセナ協会)、090-9431-0900(沼田)

### 結工房

お菓子を食べながらゆっくりしませんか。お席は2時間になります(クッキーがなくなり次第終了)。詳細はお問合せください。  
 とき／11月13日(月)～17日(金)  
 ところ／民家カフェ 結工房(千歳市勇舞8丁目4-10)  
 問合せ・電話／080-3230-7461(結城)

### 第2回 FUJI フェスタ

\*美容・健康・癒し  
 フェイシャルエステ、ハンドメイドアクセサリー、タロット占いなどの出店。自立整体、リンパマッサージ体験も。  
 とき／11月14日(火)  
 ところ／千歳フジポウル 2階サロン  
 問合せ・電話／23-4542(千歳フジポウル)、080-5586-5221(米澤)

### フォトカス

\*撮りっぱなしで大丈夫? 写真整理のお話&フォトブックを作ろう  
 前半は写真整理のお話。後半はスマホアプリを利用したフォトブック作り。スマホが無い方でも前半のみ参加OK。詳細は、お問合せください。  
 とき／11月16日(木)、26日(日)10時～12時 ※両日同内容

ところ／リンパケアサロンHealing 和(千歳市北栄1丁目14-3)  
 参加費／1500円(前半のみ参加1200円) ※フォトブック代に別途約300円必要  
 持ち物／筆記用具、スマホとその充電ケーブル  
 問合せ・申込・電話／090-2071-6647(フォトカス)

### フラワーマスターの会

\*アジサイリース作り講習会  
 アジサイのドライフラワーを使っておしゃれなリースを作ります。今年は緑色のアジサイのリースです。作品はお持ち帰りいただけます。  
 とき／11月25日(土)13時～(2時間程度)  
 ところ／千歳市社会福祉協議会 2階会議室  
 材料費／2000円  
 定員／30名(申込順)  
 申込締切／11月20日(月)まで(空きあれば延長の場合あり)  
 問合せ・申込／花工房あや 岡本  
 FAX／29-2086(電話申込不可)

### 北ガスハンドメイド教室

\*北海道ガス千歳支店開設20周年記念  
 ①Aコース「クリスマスリース」  
 とき／12月9日(土)10時～13時  
 ところ／北ガス文化ホール(千歳市民文化センター)4階 小会議室2  
 ②Bコース「お正月飾り」  
 とき／12月16日(土)10時～13時  
 ところ／北ガス文化ホール 2階 美術工芸室  
 ①②共通  
 対象／高校生以上  
 講師／渡邊美枝氏(Flower shop 花楓)  
 参加費／1000円  
 定員／各コース15人(応募者多数の場合は抽選)  
 申込期限／11月24日(金)  
 問合せ・申込／北海道ガス千歳支店 営業グループ  
 電話／26-8623(平日9時～17時)

### みんなのガーデンプロジェクト2017「押し花のランチョンマットをつくらう!」

押し花を使ったランチョンマットを作りますか? 「めぐみの庭」に咲いていた花で作置きしていた押し花を使って作ります。  
 とき／11月13日(月)10時30分～11時30分  
 ところ／まちスポ恵み野(恵庭市恵み野里美2-15、フレスポ恵み野内)  
 参加費／300円(材料費、お茶・お菓子付き)  
 定員／20人※事前申込み、未就学児は大人の付き添いが必要  
 持ち物／エプロン、タオル、ピンセット、写真1枚(写真を使って作成したい方のみ)  
 問合せ・申込／まちづくりスポット恵み野  
 電話／39-2232(10時～18時)

### 朝活カフェ in ラ・ケセラ

春からの新生活に向けて準備の季節。不安に感じている方も多いはず。楽しくおしゃべりしながらスッキリしませんか。子連れ大歓迎! 事前予約なし、直接お店にお越しください。  
 とき／11月14日(火)9時30分～11時30分(出入り自由)  
 参加費／ワンオーダー(時間内100円割引)  
 ところ・問合せ・申込／cafe&bar ラ・ケセラ(恵庭市栄恵町66 RSビル2階)  
 電話／080-4044-8313(石上)

### メナード美肌レッスン会

これから乾燥の季節。一緒に楽しくお肌のお手入れしてみませんか。参加無料、お土産付。  
 とき／11月15日(水)10時～11時30分  
 ところ／恵庭黄金ふれあいセンター会議室B(恵庭市黄金5-11-1)  
 定員／先着5人  
 問合せ・申込／090-8270-5676(松野)

### 産後のリラックスヨガ&リフレッシュベリーダンス

産後3カ月以降の方が対象。前半はヨガでリラックス、後半はベリーダンスで汗をかいてリフレッシュ! お子様連れ参加可。  
 とき／11月17日(金)10時～11時45分  
 ところ／黄金ふれあいセンター 会議室C

(恵庭市黄金5-11-1)  
 定員／10組程度  
 申込期限／11月16日(木)まで  
 参加費／1000円  
 持ち物／ヨガマット(またはバスタオル)、飲み物、動きやすい服装、タオル  
 問合せ・申込／ヨガサークルジュニパー  
 ベリー  
 電話／090-5989-0608(伊原)

### ストレッチポールクラス

\*柔軟&歪み改善体験会  
 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が指導。  
 ①恵庭市黄金ふれあいセンタークラス(恵庭市黄金5)  
 とき／11月20日、12月4日、12月18日(いずれも月曜日)10時～11時  
 ②恵庭市生涯学習施設かしわのもりクラス(恵庭市大町1)  
 とき／11月27日(月)、12月11日(月)10時～11時  
 ①②共通  
 定員／各回5人  
 参加費／各回500円 ※ストレッチポールレンタル各回200円  
 問合せ・申込・電話／090-6447-6686(竹内)

### COCOYOGA

①夜のリラックスヨガ  
 男女共に参加可。要事前予約。  
 とき／11月28日(火)19時15分(受付19時)～20時15分  
 ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター会議室C(黄金南5-11-1)  
 定員／20人(先着順)  
 参加費／1回500円、マット代レンタル100円(要事前申込)  
 ②ヨガベーシック  
 身体を整えるねじりのポーズがメイン。男女共に参加可。要事前予約。  
 とき／11月30日(木)19時15分(19時受付)～20時30分  
 ところ／恵庭市生涯学習施設かしわのもりスポーツ練習場(恵庭市大町1)  
 定員／30人(先着順)  
 参加費／700円  
 ①②共通  
 持ち物／動きやすい服装、大きめのタオル、飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット(レンタル100円事前申込)  
 問合せ・申込・電話／080-4047-6309(金澤)

### HOPE ゴスペルライブ2017

\*すべてのことに感謝  
 とき／12月16日(土)15時(開場14時30分)  
 ところ／夢創館(恵庭市島松仲町1)  
 参加費／前売り券500円、当日券800円  
 問合せ・申込／ハートオブプレジャー  
 電話／070-5049-6340(館山)



### ワンデイショップ

①アクセサリー展  
 手作りピアス、イヤリングなど。講習も可能。来場者全員にプレゼントあり。  
 とき／11月13日(月)9時～16時  
 ②レジンアクセサリー作り  
 ストラップ、ヘアアクセサリー、しおりなど。作品展も同時開催(プレゼントあり)。  
 とき／11月17日(金)16時30分～17時30分  
 参加費／600円より  
 定員／4人  
 ①②共通  
 ところ／アトリエ法貴力次郎商店(千歳市長都駅前4丁目15-11)  
 問合せ・電話／090-7647-3832(田中)

### ミナミナパンとおやつ市

パンとさまざまなおやつが集うイベントです。フードライブ同時開催。  
 とき／11月19日(日)10時～16時  
 ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター(恵庭市黄金南5-11-1)  
 問合せ／ミナミナ市  
 電話／090-8659-9032(山口)