

の基本的な説明・ボランティアの理念(守秘義務等基本的なところ)・ボランティア経験談 **対** どなたでも **定** なし **開** 緩和ケアクリニック・恵庭院長 柴田 岳三さん **費** 無料 **持** なし **方** 直接会場へ(申し込み不要) **限** なし **問** のりこハウスボランティアの会「トライアングル」代表本多 健児(☎37-2728)

**■市民囲碁大会**

**日** 5月27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)

**■第38回 本のリサイクル市**  
図書館ボランティア「黄色いエプロンの会」

**日** 5月27日(日) 10時～14時 ※雨天決行 **所** 図書館本館前 **内** 市民提供の不要本の還元と、図書館の除籍本を加えてリサイクルする恒例の市。有料本は児童書・文庫本などを10円から販売。無料本もいっぱいあります。売上金で新刊本を購入し図書館に寄贈します。 **対** 一般市民 **他** マイ袋を持参ください **問** 図書館ボランティア「黄色いエプロンの会」

**■初心者弓道教室**  
恵庭弓道連盟 主催

**日** 6月5日(火)～28日(木) 火曜日・木曜日【全8回】19時30分～21時30分 **所** 総合体育館 弓道場 **内** ①弓道具の説明 ②素引き練習 ③的に向かって矢を放つ **対** 市民または市内に通勤・通学している中学生以上の人 **定** 15人 **費** 中学生1,500円、高校生以上2,000円 **限** 6月2日(土) **他** 道具はお貸しします。靴下着用のうえ、動きやすい服装で参加ください。 **問・申** 佐藤(☎36-6621)

**募集中!**

**■市民農園**  
家庭菜園始めませんか?  
初心者コースもあります

**日** 5月1日(火) 開園 **所** 牧場483番地 **内** 駐車場、堆肥、水、道具有り。初心者コース(指導・苗提供有り)もあります。 **費** 1区画10,000円 **方** 電話 **問・申** 木村農園(☎080-3127-5049)

**■エアロビクス&ピラティス**  
1ヶ月体験

**日** 5月10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)【全4回】19時～20時15分 **所** えにあす ホール **内** 体脂肪を落とすには有酸素運動のエアロビクスがオススメ。ピラティスで体幹を引き締めてスッキリボディ目指します! 1回の参加も可能です。 **対** 女性限定 **定** 20名(先着順) **費** 1回800円、2回1,500円、4回参加の場合2,000円 **持** ヨガマットまたは大判タオル、シューズ、水分補給 **問・申** ポップフィット 吉田(☎090-2819-3072)

**■えにわ沖縄三線サークル(ニヌファブシ) 会員募集**

教室ではなく、サークルなので、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です **日** 5月12日(土)～31年3月23日(土) 13時～15時 **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** 初心者の方から、子供からおじい様、おばあ様まで、どなたでも興味がある方であれば参

加可能です。 **対** どなたでも **定** 10人(申込順) **講** 上見 充紬寛(うえみ みつひろ) **費** 3,000円(1か月分) **持** 沖縄三線があると良いが、無料貸出あります **方** 電話 **限** 随時会員募集受付 **他** まずは、気軽に見学にお越しください **問・申** 上見 充紬寛(☎080-9851-3486 / メール: ninufabushi704@gmail.com)

**■恵庭の子ども体力向上プロジェクト**  
～運動遊び教室～

**日** 5月13日(日) 10時～11時30分 **所** 恵庭小学校 **内** かけっこもたくさん! 運動会の練習もやるよ! **対** 幼児年中～2年生 **定** 50名 **費** 500円 **持** 汗拭きタオル、水分補給、保護者の上履き、Tシャツ・短パン(体温調節のできる服装) **方** メールで受付(お子様保護者の氏名(読み)・学年・連絡先(お電話)・学校園名・開催日時を明記<書式自由>) 申込後3日以内に返信メールが必ず届きます。迷惑メール拒否などの受信設定をご確認ください。 **他** 時間内は保護者引率のこと **問** 恵庭の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)

**■ふれあい親子ヨガ**  
～お母さんありがとう～

**日** ①5月15日(火) with ベビー ②5月22日(火) with トドラー 10時15分～11時45分 **所** えにあす 会議室3 **内** 子どもと一緒に楽しみながらヨガとエクササイズ、絵本の読み聞かせ、ハーブティーを飲みながらのおしゃべりタイムもあります。運動が苦手な方も気軽にお越しください。 **対** ①3ヶ月～1歳半のお子様がいる親子 ②1歳～3歳のお子様がいる親子 兄弟参加歓迎です **定** 各10組 **講** 健康運動指導士 平井 あずさ(wellness planning kirari) **費** 1組500円(ハーブティー代込み) **持** タオル、水分、ヨガマット(レンタル有り、別途100円) **方** メール、LINE **他** 親子とも動きやすく裸足になれる服装でお越しください **問・申** 平井(メール: w.p.kirari@gmail.com / LINE: LINE@qst1806r)

**■北海道新体操クラブ恵庭・男子無料体験・見学会**

**日** 5月19日(土) 10時～12時 **所** 恵庭南高校 第2体育館 **内** マット運動や柔軟など **対** 新小学1年生以上 **持** 動きやすい服装、飲み物、タオル ※外くつは袋に入れて体育館までお持ち下さい **方** 電話 **問・申** 萱森(かやもり)(☎080-3296-7698)

**■恵庭市民バドミントン大会**  
恵庭バドミントン協会 主催

**日** 5月20日(日) 9時～18時(開場9時) **所** 総合体育館 **内** 【一般の部】男女ダブルス1～4部【中学生の部】女子ダブルス1～2部、シングルス **対** 市民又は市内に勤務、通学する方 **費** 【一般】1,500円【中学生】300円 ※但し、一般の部に参加する中・高生は1,000円 **方** 申し込み先へFAX又は郵送 **限** 5月6日(日) **他** 一般の部に参加する方は、別途登録料500円 **問** 恵庭バドミントン協会 事務局 清田(☎090-2693-9624) **申** 成田スポーツ(☎33-3770 / FAX33-3771)

**■ヨガサークル「ウィークエンドヨガ」**

初心者の方にも丁寧に教えます。体質改善しませんか? **日** 毎週日曜日9時15分～10時45

分(アシュタンガヨガ)、19時15分～20時45分(腰痛・肩こりヨガ) **所** 黄金ふれあいセンター **内** アシュタンガヨガは一般的なヨガの運動量では物足りない方にお勧めです。腰痛・肩こりヨガは鍼灸学校で学んでいるインストラクターが直接指導します **費** 会費1,000円(初回500円) **持** 運動に適した服装、タオル、水、ヨガマット **問** 齊藤(☎080-4048-1969)

**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(開館時間10時～17時、休館日:日曜・祝日・月末棚卸し) **日** 5月1日(火)、2日(水) スタッフ研修のため臨時休業 **問・申** ☎39-3355

**■ヘッド or ハンドケア講習会**  
「美養法・排毒エステティシャン」

**日** 5月8日(火)、22日(火) 10時～12時 **内** 頭皮の状態が良いと、リフトアップだけじゃなくすべてに良い。意外と見られている、疲れたその手…大丈夫ですか? **定** 8名 **講** 山田 きみ子さん **費** ケア体験(15分) 500円

**■タロットセラピー**  
～仕事運・恋愛運・人間関係の悩みなどカードで占います～

**日** 5月12日(土)、24日(木) 10時30分～15時 **定** 6名(要予約) **講** 山田小百合さん(TCマスターカラーセラピスト) **費** 1,000円(30分)

**■「アイル・無料相談」**

**日** 5月12日(土)、30日(水) 9時～12時 **所** 会場は【えにあす 会議室7】になります **内** ①事業を始めたい。NPO、会社を作りたい。著作権や知的財産について。相続や日常の小さなご相談 ②自分の本を作りたい **定** 若干名(要予約) **講** 泉 正人さん(行政書士) **費** 無料

**■M.Iの本屋さん「本づくり無料相談」**

**日** 5月12日(土)、30日(水) 9時～12時 **所** 会場は【えにあす 会議室7】になります **内** 自らの記憶や体験を書き残し、貴重な人生を次世代に語り継ぎましょう。書き方から製本まで、一緒に「本づくり」をお手伝いいたします。 **講** 泉 正人さん **費** 無料(要予約)

**■村井 正人展「野の花の春」**

**日** 5月14日(月)～26日(土) ※最終日15時まで

**■池田玲子先生のコミュニティー**  
レストラン・ミニ

**日** 5月14日(月) 10時15分～12時30分 **内** アサリご飯、キャベツのメンチカツ、ポテトサラダ **定** 16名 **費** 500円 **持** エプロン・頭巾・布巾・マイ箸

**■火を灯さないアロマワックスサシェ講座**  
「Happy father's Day!」

**日** 5月17日(木) 10時30分～12時 **内** 大好きなお父様へ。アロマ香のポタニカルなキャンドルでちょっとした癒しをプレゼント **定** 5名 **講** 山田 きみ子さん(JCPAアロマワックスサシェ認定講師) **費** 1,500円

**■M.Iの本屋さん「振り返りの自分史を作る。ミニセミナー」**

**日** 5月18日(金) 9時30分～12時

**所** 会場は【えにあす 会議室7】になります **内** 自分の想いや体験を本として残すきっかけ作り **定** 10人(要予約) **講** 泉 正人さん(自分史活用推進協議会認定 自分史活用アドバイザー) **費** 1,000円 **持** 筆記用具

**■M.Iの本屋さん「wordを使った本の編集作業と簡易製本」**

**日** 5月18日(金) 13時～15時30分 **所** 会場は【えにあす 会議室7】になります **定** 10人 **講** 泉 正人さん **費** 1,000円

**■アイル名画サロン「キネマな夜」**

**日** 5月19日(土) 18時～20時 **内** 「海街dairy」(2015年・邦画)【主演】綾瀬 はるか、長澤 まさみ、夏帆、広瀬すず **定** 25人 **講** 近藤 春夫さん **費** 無料

**■わくわくランチデー**

**日** 5月22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

**■ガラスボトルに美しいお花をとじこめるハーバリウム講座**  
「Happy father's Day!」

**日** 5月24日(木) 10時30分～12時 **内** 女性に大人気のハーバリウム。大切なお父様にも癒しのおすそ分け **定** 5名 **講** 山田 きみ子さん(JCPAハーバリウム認定講師) **費** 1,500円

**■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 **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/

**■セガサミーカップ PRESENTS**  
テニス教室 in 恵庭

**日** 6月9日(土) 10時～12時(受付9時30分～) **所** 恵み野中央公園 庭球場 ※雨天時、福住屋内運動広場 **内** トップアスリートによるジュニア向け教室です。初めての方も、経験者も大歓迎です。みんなで楽しく、テニスをしてみませんか?元プロテニスプレイヤーの講師が、楽しくテニスを教えてくれます! **対** テニスに興味のある未経験者・初心者の方(市内小・中学生)、テニスをやっている方・クラブに所属している経験者(市内小・中学生) **定** 20名 ※応募多数は自動抽選 **講** 辻野 隆三氏(元プロテニスプレイヤー) **費** 無料 **持** ラケット(無料貸出あり)、タオル、飲み物、上靴と靴袋(雨天時のみ) 天候によっては帽子、上着などもご用意ください。 **方** 体育協会HP内、特設申込フォーム **限** 【受付期間】5月16日(水)9時～30日(水)【抽選結果】5月31日(木)13時にHPにて発表