

■恵庭手打ちそばの会 そば打ち見学

日7月15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 岡・申 村里(☎080-6094-0357)

■聞いてみよう！だれもがわくわくする公園の使い方

≪公園経営学校 in 恵庭≫

日7月18日(水)講演会15時～17時、交流会17時15分～18時15分 所 市民会館 2階大会議室 内 『NPOフュージョン長池』の富永一夫氏を招いて、公園を活用する具体的な手法を学びます。また講演会の後は富永氏を交えて交流会を開催します。市民の皆さんのご参加お待ちしております。 費 講演会：無料、交流会：500円／人、軽食あり 方 電話またはFAX(交流会は事前申し込みの上、当日500円をお支払いいただきます。) 限 7月10日(火) 他 講演会のみ参加可 岡・申 えにわコミュニティパーク 土谷(☎090-3397-4821 / FAX36-8063)

■料理教室「簡単らくらくシニアごはん」

日7月19日(木)10時～12時30分 所 えにあず 2階クッキングスタジオ 内 「簡単ドライカレー」「生春巻き」「トマトのはちみつ漬け」 対 おおむね60歳以上の方 定 6名(申込順) 費 1,000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2日前までお願いします 岡・申 小田(☎090-2879-8176)

■あそびわーど あかちゃんといっしょ “うたって あそぼう！”

日7月20日(金)10時30分～11時30分 所 図書館本館 視聴覚室 内 絵本、手遊び、パネルシアターなど 対 2歳位までの乳幼児とその保護者 定 30組(申込順) 費 資料代100円 方 電話 限 【申込開始】7月3日(火)10時30分から図書館本館へ(☎37-2181) 岡 えにわゆりかご会事務局(☎32-6181)

■楽々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪

日7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 梅花藻の道(7.1km) 対 どなたでも 費 200円(保険料含む) 持 タオル、水、帽子 岡 松尾(☎36-7877)

■恵庭マンドリン いちいの会 定期演奏会

日7月21日(土)13時～ 所 夢創館 内 第16回定期演奏会 マンドリン四重奏で癒されるひと時をお過ごし下さい。演奏曲はスマイル、翼をください、海の声、ミスターロンリー、バースデー、時代劇メドレーなどの他、数々のポピュラーな曲を演奏します。 費 無料 他 ご来場はお車でどうぞ。会場向かいの無料駐車券があります。 岡 事務局 市野(☎090-7056-1126) 谷口 智津子(☎090-2693-6229)

■恵庭歩く人達の会

第181回 ウォーキング

日7月22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～旧トライアル～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 岡 事務局 三浦(☎090-9516-1112) 会長 林(☎090-7641-8738)

■白雪会(母子会) アイシングクッキー教室

日7月22日(日)10時～12時 所 えにあ

す 内 アイシングクッキーの基礎の着色とコロネの詰め方もします 対 母子・父子家庭、一般親子 子は小学生まで 定 10組20名(定員になり次第メ切) 岡 北野 順子先生 費 一般親子800円、母子・父子家庭無料 持 胸当て付エプロン、おしぼり、ハサミ 方 電話 岡・申 子ども家庭課(母子・父子家庭)(☎33-3131 / 内1243) 白雪会(一般親子)(☎36-6355)

■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24日(火)集合11時40分、開会12時 所 弘誓山 本誓寺 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 岡 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)

■第41回 恵庭三四会 納涼花火大会 第9回 三四会まつり

日7月28日(土)雨天順延29日、8月4日、5日 所 桜町多目的広場特設会場 内 漁川の河川敷で開催される花火大会。滝のように流れるナイアガラや仕掛け花火、スターメインなどの3400発の打上花火。会場には飲食店の屋台が立ち並び、昼間は大抽選会、ストラックアウトの他、各種イベントが開催。花火大会の前から楽しむことができます。 他 駐車場がないため公共交通機関を利用してください 岡 三四会まつり 実行委員会 事業委員長 菊地(☎080-3128-7778)

■第73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

日7月28日(土)13時～ 所 恵み野北会館 内 夏休みプレゼント。いぬ年映画の第2弾ご存知忠犬「ハチ公物語」(1987年・日本) 費 入場無料 岡 山田(☎36-3158)

■市民囲碁大会

日7月29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 岡 小崎(☎33-5283)

■簡単セルフリンパケア

日【水曜日コース】7月の毎週水曜日【土曜日コース】7月の毎週土曜日10時～11時30分 所 レビューストサロン恵庭店 2階 内 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ます。免疫力アップで心も体も元気になりましょう 岡 リンパケアセラピスト 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 Tシャツ、ジャージなど動きやすい服装 岡・申 レビューストサロン恵庭店(☎33-0766)

募集中心！

■ラウンドダンス無料体験講習会

日7月10日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火)10時～11時 所 桜町会館 内 ラウンドダンス講習 対 どなたでも 費 無料 持 上靴 方 直接会場へ 他 恵庭ラウンドダンス愛好会 岡 福屋(☎33-6463) 上坂(☎32-4482)

■恵庭の子ども体力向上プロジェクト

日7月22日(日)10時～11時30分 所 恵み野旭小学校 内 毎月1回開催してい

る運動遊び教室です。発育発達に運動は重要必須科目！丈夫な体をつくるため体を動かす事を楽しめる子どもに育てよう！！各学年毎に分かれてアスレチック・ボール・マット運動など様々な運動を体験します。 対 年中～小2年生 定 50名 費 500円 持 汗拭きタオル、水分補給、上履き(子どもはトイレの際使用)、動きやすい服装(必ず半袖短パン) 方 メールで受付(氏名(子・保護者ヨミカナ)・学年・学校(園)名・連絡先(電話)・開催日を明記<書式自由>)必ず返信メールが届きますので、迷惑受信拒否などの設定解除願います 他 毎回たくさんのお申し込みがありますので、続けての参加に制限を設けております。前回(6月)に参加していないが条件です。また開催校の生徒はその制限ではありません。下の小さなお子さんの遊びスペースがあります(無料) 岡 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

■「Yoga plus style in ルルマップ」

日7月29日(日)受付15時30分、ヨガレッスン16時～17時、夕食会(ジンギスカン)17時30分～19時 所 ルルマップ自然公園ふれらんど 内 今年も札幌から田中しのぶ先生を呼んでルルマップでヨガを行います。大人数で行う外ヨガとジンギスカンを楽しんでください。頂いたお金は経費を除いてこども食堂に寄付します。 定 50名 費 ヨガのみ：1,000円、ヨガ+ジンギスカン：2,300円 持 運動に適した服装、タオル、水、ヨガマット 限 ジンギスカンの予約は1週間前まで 他 雨天決行(雨天の場合はルルマップ内にある屋内施設で行います) 岡 齊藤(☎080-4048-1969)

■恵み野☆かがくの広場 ～小学生理科実験教室～

日7月30日(月)10時～11時30分 所 恵庭RBパークセンタービル 3階視聴覚室 内 「電気のいらぬ光のお話」①ホタルが光るしくみをしらべて、体験してみよう！②暗やみの中で光るスライムをつくってみよう！ 対 小学4～6年生 ※保護者同伴可 定 36人(先着順) 岡 NPO法人遺伝子栄養学研究所 費 無料 持 筆記用具 方 電話、またはRBパークHP申込フォーム可 限 7月23日(月) 他 後援：恵庭市教育委員会 NPO法人遺伝子栄養学研究所 北海道ハイテクノロジー専門学校 岡・申 恵庭リサーチ・ビジネスパーク(株)(☎36-3113 / 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(開館時間10時～17時、休館日：日曜・祝日・月末棚卸し) 他 臨時休業7月14日(土)アイル・さくらんぼ狩りバスツアーのため 岡・申 ☎39-3355

■「横浜発祥の排毒エステ体験会」

日7月3日(火)、17日(火)10時～12時 内 ヘッドorハンドケアや遠赤外線深部温圧ケアで気分も身体もスッキリ♪横浜発祥の美養法「排毒エステ」ちょこっとはじめてみませんか 定 8名 岡 Amber～琥珀～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7月7日(土)10時30分～15時 定 6名(要予約) 岡 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)

■池田玲子先生のコミュニティ レストラン・ミニ

日7月9日(月)10時15分～12時30分 内 魚貝だしのゴマだれつけ麺、ちくわのネギ焼き、冷やしナスのとろろ 定 16名 費 500円 持 エプロン・頭巾・布巾・マイ箸

■ハーバリウムぷち講座

～もうすぐ海の日♪ Ver.～

日7月10日(火)10時30分～12時 内 ハーバリウムって…お花だけじゃないんです。小さなガラスボトルの中にプライベートビーチ作ってみませんか？ 定 6名 岡 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・無料相談」

日①7月14日(土)、②21日(土)9時～12時 所 会場は【えにあず 会議室7】になります 内 ①民泊申請・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自分の本を作ってみたい 定 5名(要予約) 岡 泉 正人さん(行政書士) 費 無料 岡 泉(☎090-2873-4018)

■エコフェス2018 写真展

日7月17日(火)～28日(土)※最終日15時まで 内 5月20日(日)恵み野中央公園にて開催された音楽フェスタの様子です

■わくわくランチデー

日7月17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

■アイル名画サロン「キネマな夜」

日7月21日(土)18時～20時 内 「母と暮らせば」(2015年・邦画) 【主演】吉永小百合、二宮和也 定 25人 岡 近藤 春夫さん 費 無料

■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 岡・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/

■はじめての「バレトン」

日8月2日(木)、9日(木)、23日(木)、9月6日(木)、13日(木)、20日(木)【全6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)※応募多数の場合は自動抽選 岡 バレトンインストラクター 菊池 日奈子先生 費 3,000円(保険料込み) 持 運動のできる服装、タオル、飲み物 方 体育協会HP内、特設申込フォーム又は総合体育館窓口 限 【受付期間】7月4日(水)9時～17日(火)【抽選結果】7月18日(水)13時以降HP発表