

ところ／スイートグラス(恵庭市盤尻20-1)  
対象／高齢者を介護している方、介護していた方  
参加費／800円  
申込・問合せ／たよれーるみなみ  
電話／34-8467

**オープン講座「災害に備えて」**  
\*災害と備えでの「減災」について  
となり近所お誘いのうえ大勢のご参加をお願い致します。講師は恵庭市役所基地・防災課長藤野真一郎さんです。申込不要、参加無料。  
とき／3月9日(土)13時30分～15時  
ところ／島松寿町会館(恵庭市島松寿町2-24-3)  
問合せ・電話／36-2456

**恵庭市女性人材育成セミナー開催**  
地域で様々な活動に関わる女性の方に、より充実した活動を進めていただけるよう広い視野での情報・知識・技術を提供し、育成・支援を図ることを目的として開催します。参加無料。

①「第1回」  
\*子どもとメディアの良い関係  
講師／NPO法人お助けネット代表中谷通恵さん  
とき／3月12日(火)14時～15時30分  
ところ／恵庭市民会館第2会議室  
②「第2回」  
\*次の噴火災害に備える担い手  
講師／洞爺湖有珠火山マイスター川南恵美子さん  
とき／3月25日(月)14時～15時30分  
ところ／恵庭市民会館視聴覚室  
①②共通  
対象・定員／恵庭市在住の女性25人  
申込方法／3月1日(金)から電話で受付  
問合せ・申込／恵庭市教育委員会社会教育課振興担当  
電話／33-3131(内線1713)  
その他／託児希望の方は申込時にお伝えください。受講は1回のみでもかまいません



**ちとせモール**  
\*「ディズニーの英語システム」ひなまつりフォトセッションイベント(参加無料)  
ワールド・ファミリー株式会社が提供する小さなお子さま向けのイベントです。  
とき／2月22日(金)～24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

**道央圏 農業新技術 発表会**  
中央農業試験場で開発した新品種および栽培技術などについて口頭発表とポスター発表による発表会を開催します。入場無料、申込不要、直接会場へ。  
とき／2月27日(水)13時30分～16時30分  
ところ／江別市民会館 小ホール(江別市高砂町6番地)※JR高砂駅から徒歩7～8分。車でお越しの方は市役所裏の駐車場使用可。  
問合せ／中央農業試験場 企画課(長沼町東6線北15号)  
電話／0123-89-2586



**ハンドメイドのお店「Friends shop」**  
布小物、スイーツデコなど小物の販売。新しい作家さんの作品を迎えてのオープンdayとなります。駐車場有り。  
とき／2月23日(土)10時～15時  
ところ／千歳市新富2丁目17-5  
問合せ・申込・電話／090-6444-9559

**親子で楽しむ 音の表現あそび**  
お好きな絵を描く道具をご持参ください(画用紙はこちらで用意します)。汚れてもいい服装でお越しください。申込時にお子様と参加する保護者様の人数をお知らせください。参加無料、要申込。  
講師／愛澤光司(総括)、栗山奈津(ヴァイオリン)、森田早紀(絵)  
とき／2月24日(日)13時30分～15時  
定員／先着20人  
ところ・問合せ・申込／千歳メセナ協会 ホー

ル(千歳市幸町3-15-3 エレガンスビル5階)  
電話／27-1756、090-9431-0900(沼田)

**演劇ワークショップとコミュニケーション能力の向上フォーラム**  
コミュニケーション能力向上を目的とした演劇ワークショップとフォーラムを開催します。  
①演劇ワークショップ  
講師／北翔大学客員教授 森 一生 氏、恵庭市民ミュージカル主宰 任 泰峰 氏  
とき／2月28日(木)16時～18時(開場15時30分)  
②まとめ公演  
講師／千歳メセナ協会理事長、札幌学院大学教授 釣 晴彦 氏  
とき／2月28日(木)18時～18時30分  
①②共通  
ところ／北ガス文化ホール(千歳市民文化センター)中会議室  
問合せ・申込／千歳メセナ協会  
電話／27-1756、090-9431-0900(沼田)

**子育てママと～く**  
\*ほめ上手、しかり上手なママになる  
褒めることが良いことだとわかっていても、何をどう褒めてよいのか分からない時はありませんか? 子どもの心にママの思いが届く伝え方を一緒に学びましょう。  
とき／2月28日(木)10時～11時30分  
ところ／千歳市花園コミュニティセンター  
対象／幼児期から思春期を迎えるお子さんがいらっしゃる保護者の方  
定員／10人(申込順・要予約)  
参加費／300円(テキスト代)  
問合せ・申込／スコレ家庭教育振興協会  
電話／090-1383-6595(くまがい)

**ジュニアエアロビクス無料体験**  
ストレッチや筋トレをはじめ、リズムに合わせて楽しく体を動かします。  
①金曜日クラス  
とき／3月1日(金)・8日(金)18時～19時  
ところ／千歳市祝梅コミュニティセンター  
②水曜日クラス  
とき／3月6日(水)・13日(水)16時～17時  
ところ／千歳市富丘コミュニティセンター  
①②共通  
服装・持ち物／動きやすい服装、室内シューズ、飲み物、汗ふきタオル  
問合せ・申込／エアロビクサークル A.C.HOKKAIDO  
電話／090-7640-3677(鶴岡・ショートメール可)

**ポンポンダンスお試しレッスン in 千歳**  
メンバー募集中! まずはお試しに来てみてくださいね。  
とき／3月2日(土)・16日(土)11時～11時50分  
ところ／千歳市スポーツセンター(ダイナックスアリーナ)  
対象／4歳～年長さん  
参加費／1回500円  
問合せ・申込／ダンスアトリエ フェリール  
電話／090-2423-2250

**ZUMBA60・FAT BURN EXTREME40(main20)**  
イギリス発の最新エクササイズです。体力別にグループ分けするので安心してご参加ください。参加費はお問合せください。  
とき／3月2日(土)【ZUMBA60】18時30分～、【FAT BURN EXTREME40】19時40分～  
ところ／千歳市祝梅コミュニティセンター  
持ち物／タオル・飲み物・室内運動靴  
問合せ・申込／090-2692-2573(TANAKA・ショートメール可)

**パステル体験**  
お子様からご年配の方まで誰にでも楽しく描けるヒーリングアートです。  
とき／3月2日(土)10時30分～15時  
ところ／千歳市民ギャラリー 4階(ミナワールまつり)  
参加費／500円～700円  
問合せ／070-6601-9261(西條)

**やさしい フォークダンス初心者教室**  
手をつなぎ輪になっておどる世界の踊りの初めての方の講習会です。参加無料、直接会場にお越しください。  
とき／3月6日・13日・20日・27日、4月3日(すべて水曜日)13時～14時  
ところ／千歳市泉沢向陽台コミュニティセンター  
持ち物／上靴、飲み物  
問合せ／はまなすフォークダンス  
電話／28-5320(及川)

**北海道ガス千歳支店 料理教室**  
\*おにぎり丸でおにぎりを作ろう  
おにぎり作りの体験と食べ物のはたらきについて学びます。おにぎりはその場で試食するので、お昼ご飯のついでにぜひお越しください。  
とき／3月9日(土)11時30分～12時30分、13時30分～14時30分  
対象／幼児・小学生とその保護者  
定員／各回8組  
申込期限／2月28日(木)17時まで。※応募多数の場合は抽選、当選者へ案内を送付します。  
ところ・問合せ・申込／北海道ガス千歳支店(千歳市清水町1-1-1)  
電話／26-8623

**チアダンス体験会**  
チアダンス全国大会優勝、世界大会優勝へと導いた角野講師がチアの楽しさを感じてもらいたいと体験会を開きます。  
とき／3月17日(日)10時～11時15分、3月29日(金)18時～19時15分  
ところ／スタジオ風(千歳市幸町4-18-3)  
対象／年中～中学生  
参加費／1000円  
問合せ・申込／チームMu  
電話／090-1302-0155

**恵庭紅鴉YOSAKOIソーラン体験会**  
そろそろ春も近づいてまいりました。新年度、新生活に向けて新しい趣味を初めてみませんか。初心者の方も、小さいお子さんも、お父さんお母さんも大歓迎です。お気軽にお越しください。参加無料。  
とき／2月24日(日)16時30分～19時  
ところ／恵庭市生涯学習施設かしわのもり(恵庭市大町1-5-7)  
持ち物／動きやすい服装、うわ靴、飲み物  
問合せ・電話／080-5586-1564(相馬)

**mama ヨガ**  
\*ママのヨガタイム  
毎日育児に頑張るママに至福の時間。周りもお子さん連れなので気兼ねなく参加頂けます。是非お子さんを連れて、ヨガでリフレッシュしませんか。初心者の方大歓迎。要事前申込。  
とき／2月25日(月)10時30分～11時30分  
ところ／えにあす(恵庭市緑町2-1-1)  
定員／6人  
参加費／600円  
持ち物・服装／ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル、赤ちゃんご一緒の方は赤ちゃん用バスタオル。動きやすい服装  
問合せ・申込・電話／090-6992-0199(タグチ)

**ミニベビーマパーティ**  
ベビー&チャイルドマッサージのレッスンと交流会です。  
とき／2月26日(火)10時15分～11時45分  
ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター和室  
対象／生後2カ月以上のお子様とママ  
参加費／1000円(オイル代込)  
持ち物／お子様の飲み物、バスタオル  
問合せ先／ベビーマッサージCocoro  
電話／090-5221-0273(安保)

**心理トークゲーム「人狼」ver.恵庭29**  
「人狼」とは、カードで人と狼の役を決め、人になりすました狼を会話で見つけ出すゲームです。ゲーム後に「質問タイム」を取りますので、初心者の方もお気軽にどうぞ。  
とき／3月2日(土)19時～22時(15分前受付開始)  
ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター(黄金南5-11-1)  
対象／高校生を除く18歳以上の方  
参加費／200円(会場費)。要事前申込  
申込期限／当日18時まで  
問合せ・申込・電話／070-5609-9400(ながもり)、090-7250-4302(野原)

**スクエアダンス初心者無料講習会**  
大泉洋さんがテレビ番組で紹介し楽しく踊ってくれたスクエアダンスの講習会です。ウエスタンの曲に乗って歩くのが主体のダンスです。申込不要。  
とき／3月4日、11日、18日、25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)  
参加費／3月は無料、4月から月額1000円  
持ち物／上靴  
問合せ・電話／36-3671(石原)

**COCOYOGA**  
①リラックスヨガ

1日の最後の時間に日常頑張っていた力を緩めるクラスです。ヨガ初めての方もお気軽にご参加ください。毎週火曜日開催、要事前予約。  
とき／19時15分～20時15分(15分前から受付)  
ところ／黄金ふれあいセンター会議室C(恵庭市黄金南5-11-1)  
参加費／500円(レンタルマット100円事前予約)  
②新月のバクティフローヨガ  
新月は新しい一歩を踏み出すと良いといわれています。新しく何かを始める時だからこそ自分へありがとうを込める時間を過ごしましょう。要事前予約。  
とき／3月7日(木)19時15分～20時15分  
ところ／えにあす会議室2-3(恵庭市緑町2-1-1)  
参加費／700円(レンタルマット100円)  
①②共通  
持ち物／動きやすい格好、飲み物、汗拭きタオル、大きめのタオル  
問合せ・申込・電話／080-4047-6309(金澤)

**そろばん1カ月無料体験会**  
\*計算力を身に付けよう。  
年中さんから中学生まで学んでおります。各15名限定の少人数制です。ぜひお早めに参加してくださいね。1人1人のペースに合わせて学べる環境です。日々子育てで忙しい保護者様のサポートができるように全力で応援致します。  
ところ／【恵庭市】大町・和光・柏陽・恵み野・恵み野北の各町内会館、恵庭商工会議所、黄金ふれあいセンター、島松公民館、桜町団地集会所、緑と語らいの広場えにあす。【千歳市】ゆうまいホール、北栄南・花園・みどり台南の各町内会館、祝梅コミュニティセンター、コープさっぽろパセオすみよし店、真々地会館。  
問合せ・申込／パチパチクラブ事務局  
電話／0120-503-549

**ママ応援「手作り教室Part2」**  
お子様の新入学・入園のご準備に。レッスンバッグ、お着替え袋、スモックなど。「作りたいけど、わからない。ミシンが無い」等々。ミシンもご用意しております。一緒に作ってみませんか。オーダーも承っております。詳しくはお問合せください。  
ところ／恵庭市恵み野(自宅)  
その他／開催日や時間についてはご相談ください  
問合せ・電話／090-6263-2325(佐々木)  
申し込みはショートメールにて



**千歳市スポーツチャンバラスポーツ少年団**  
幼児から大人まで楽しめるスポーツです。  
とき／毎週水曜日19時～21時  
ところ／千歳市開基記念総合武道館  
会費／月額1500円  
問合せ／千歳スポーツチャンバラ協会  
電話／24-8995  
申込・電話／090-9431-7971(池田)

**野外音楽祭「エコフェス'19」の各種募集**  
今年も～家族3世代で楽しめるピクニック感覚の野外音楽祭～をテーマにエコフェス'19を5月19日(日)9時～15時まで、恵み野中央公園(市立図書館横)で開催します。募集内容は以下の通りです。皆様のご応募をお待ちしております。  
①フリーマーケット(先着20区画)  
1区画(1.8m×1.8m)1500円、2区画2000円  
②青空アート展示(先着10組)  
1組1500円(即売の方はフリマ同様)  
③売店(抽選5店)  
5.4m×3.6m以内、出店料15000円※テント持参できる方  
④出演者  
弾き語り、アコースティックバンド、ダンス、吹奏楽、お笑い等、抽選20組。1人2000円(高校生以下は割引あり)。運営費としての参加料です  
⑤ボランティアSTAFF  
10人募集 高校生～年齢問わず  
①～⑤共通  
申込期限／3月31日(日)まで  
問合せ・申込／エコフェス実行委員会事務局  
電話／070-5286-5333(竹内)  
その他／詳細はエコフェスで検索してホームページの募集要項をご確認ください