

定員／20人程度
 問合せ／恵庭市保健福祉部介護福祉課生きがい対策担当
 電話／33-3131(内線1209)



ちとせモール

①鉄道忘れ物遺失物満期品大処分大会
 とき／8月9日(金)～14日(水)10時～18時
 ところ／1階センター広場
 ②北海道赤十字血液センター「献血車 ひまわり号」
 とき／8月10日(土)・11日(日)9時～11時30分、13時～16時
 ところ／平面駐車場特設会場
 ③道民共済「移動相談会」
 とき／8月15日(木)10時～17時
 ところ／1階センター広場
 ①～③共通
 問合せ／ちとせモール
 電話／22-7355

キリンビール北海道千歳工場

①真夏のミステリーツアー～北海道千歳工場で見つけよう!～
 このイベントは、北海道千歳工場内各所に隠されたヒントから答えを導きだしていく謎解き型のクイズツアーです。参加無料、詳細はお問合せください。
 とき／8月31日(土)まで ※平日は毎時10分発、土日および祝日は全ツアーで開催
 ところ／キリンビール北海道千歳工場(千歳市上長都949-1)
 定員／各回30人(予約制、先着順) ※参加には事前の予約が必要。定員になり次第締切。
 ②夏休み特別企画「見て、ふれて、味わってキリン一番搾り おいしさの秘密発見ツアー」
 イベント期間中の来場者の内、希望者に小学校の自由研究のテーマ探しのきっかけになる「キリンのものづくり研究キット」と、工場見学オリジナル「キリン 午後の紅茶」3D定規をプレゼントします。参加無料、詳細はお問合せください。
 とき／9月1日(日)まで
 ところ／キリンビール北海道千歳工場
 所要時間／約80分
 定員／各ツアー 30人まで(申込は先着順で定員になり次第締切)
 ①②共通
 申込方法／電話・インターネットで申込
 電話／24-5606(受付時間9時～17時、月曜定休、祝日の場合は翌火曜休)

スポーツ&カルチャー

営利目的の教室・体験イベント情報は原則掲載できません。同じ方からのお申込みは、続けて掲載できません。

歩きのコンディショニング

膝をきちんと伸ばして歩くことで、骨盤がきちんと動くようになります。
 とき／8月1日、8日、22日、29日の木曜日10時～11時
 ところ／千歳市東雲会館2階4号室
 問合せ・電話／090-9437-2124(かみこづる)

てしごと軍団 Vol.9

帰郷のお土産に手作り作品はどうですか?自由研究のお手伝いしますよ!
 とき／8月11日(日)11時～18時、12日(月・振休)11時～17時
 ところ／千歳タウンプラザ@まちライブラリー1階広場
 問合せ／手作り工房楓
 電話／090-7646-1806(尾引)

まちライブラリー@千歳タウンプラザ

①第13回ちーたんのフリーなマーケット開催
 洋服、本、雑貨、手作り品などの販売
 とき／8月13日(火)11時～15時
 ところ／千歳タウンプラザ1F広場
 ②ガーデニングを楽しもう
 バラ、宿根などについて疑問に感じることなど、一緒にお花の話を楽しみませんか?初心者歓迎。参加無料。
 とき／8月13日(火)11時～15時

ところ／千歳タウンプラザ1F広場
 ③百人一首で遊ぼう
 おしゃべりしながら楽しくかるたをしよう!どなたでも参加できます。参加無料。
 とき／8月15日(木)13時～15時 ※毎月第3木曜日開催
 ところ／まちライブラリー内
 ①②③共通
 問合せ／まちライブラリー@千歳タウンプラザ
 電話／25-3544(笹倉)

ヤマハ音楽教室

*2歳からのぷつぷるクラス体験レッスン
 音楽を通した遊びを重ねる事で感性や情緒を育てていきます。参加無料。
 とき／8月24日(土)、9月14日(土)・28日(土)11時～
 ところ／エルム楽器千歳センター(千歳市信濃3-18-10)
 問合せ／ヤマハエルム楽器千歳支店
 電話／0120-133-808

ハワイアンフラワークショップ

プロフラダンサーの直接レクチャー!あなたのフラがもっと輝くための実践的な指導が受けられます!
 とき／9月28日(土)10時～11時(受付9時45分～)
 ところ／北ガス文化センター(千歳市民文化センター)控え室5(千歳市北栄2-2-11)
 対象／初心者から経験者までどなたでも
 参加費／3500円
 持ち物／動きやす服装(パウなど)、タオル、飲み物、筆記用具
 問合せ・申込・電話／080-5584-6729(宇居)

第6回 ビジュアル杯ミニ・バレーボール大会

とき／9月29日(日)9時～
 ところ／千歳市スポーツセンター(ダイナックスアリーナ)
 種目／一般女子の部、一般混成の部
 参加費／1チーム1000円(小・中学生の部無料)
 申込期限／9月14日(土)
 問合せ・申込・電話／090-2072-5482(久米田)、090-8426-7219(千歳ミニ・バレーボール協会)

ヨガ*KULA(クラ)・mamaヨガ

①ヨガKULA+(プラス)
 ヨガを少しだけ深めたい方にオススメの少人数制のレッスンです。
 とき／8月9日、23日いずれも金曜日10時30分～11時50分
 定員／5人
 参加費／800円
 ②ヨガKULA
 一連の流れで行うフローヨガ。初心者の方からヨガが久しぶりの方も気軽にできるレッスンです。
 とき／8月16日(金)10時30分～11時30分
 定員／8人
 参加費／600円(小学生以上、親子で参加は900円)
 ③mamaヨガ「夏休みSP」
 涼しく広い所でお子さんを自由に遊ばせながら、ママはヨガで少しリラックスできる時間を過ごしませんか。お子さん連れ、ママお一人での参加どちらもOK。
 とき／8月9日(金)13時00分～14時
 定員／8人
 参加費／600円(小学生以上、親子で参加は900円)

①～③共通
 ところ／えにあす(恵庭市緑町2-1-1)
 持ち物・服装／ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装。貸しマット有(要問合せ)
 問合せ・申込・電話／090-6992-0199(夕グチ)

二胡演奏会

コーヒー・紅茶等の飲み物、手づくりスイーツを召し上がりながら二胡の演奏を聴き、演奏に合わせて唄い、楽しいひと時を過ごしませんか。申込不要。
 とき／8月9日(金)14時～14時40分

ところ・問合せ／ひだまりカフェ・こまば(恵庭市駒場町6-1-1、のりこハウス横)
 参加費／200円
 電話／35-2117(柳谷)

音の和コンサート

*世界の民族楽器と天の唄
 民族楽器と歌とピアノで織りなす熊本からの音景色があなたの心に広がります。
 とき／8月15日(木)開場18時30分、開演19時、20時30分終演予定
 ところ／Junction(恵庭市島松寿町1-28-10)
 参加費／自由料金
 問合せ・予約／090-8906-9916(小野)

朝活! オトナ女子のココカラケア

深呼吸で自律神経のバランスを整え、身体を労わりながらのリンパセルフケアとリンパの流れを意識したストレッチ。健康的に朝の時間を過ごしませんか。生活習慣の改善と毎日コツコツ。
 とき／8月21日(水)10時30分～11時30分
 ところ／黄金ふれあいセンター和室(恵庭市黄金南5-11-1)
 参加費／500円
 定員／5人
 持ち物・服装／タオル・水分※ヨガマットは準備しています。リラックスでき、裸足になれる服装
 講師／平井梓さん、石上一美さん
 問合せ・申込・電話／080-4044-8313(石上)

まちづくりスポット恵み野イベント

①実家片付け茶話会～成果シェア編～
 実家の方づけとどう向き合っていますか。どう取り組めばよいのか、実際にこんな悩みに直面してるなど、実家片づけアドバイザー®を進行役に、肩ひじのはらない茶話会形式でお喋りします。自宅とは違う実家の整理収納のポイントや、スムーズに進めるためのコミュニケーションの取り方、相続への備えなど、役に立つ情報をシェアします。
 とき／8月23日(金)10時30分～11時30分
 進行役／シグマ住建Nook設計室の三浦真実さん(インテリアコーディネーター、2級建築士、実家片づけアドバイザー®)
 参加費／500円(飲み物付)
 定員／6人
 ②子ども将棋クラブ
 一緒に将棋を楽しみませんか。駒の動かし方から顧問がお教えます。将棋をやってみたいお子さん、将棋をする相手がいないお子さん、まちスポに将棋を指しに来てください。また、将棋を教えたり、対戦相手になってくださる学生さんや大人の方のご参加もお待ちしています。お気軽に参加ください。参加無料、申込み不要。※将棋盤と駒のある方はご持参にご協力ください。
 とき／8月24日(土)10時～12時
 顧問／三津橋健一さん(恵み野里見町内会)

③シルクスクリーンワークショップ体験
 あなたが描いたイラストや写真、お子さんの絵でトートバックやTシャツなどのオリジナルグッズを作ってみませんか。
 とき／8月25日(日)13時～15時
 講師／水野莉穂さん(紅茶の喫茶店アグラクロック)
 参加費／1500円～(材料代)※作るものによって材料の値段に変更あり
 定員／10人
 ①～③共通
 ところ・問合せ・申し込み／NPO法人まちづくりスポット恵み野(恵み野里美2-15フレスポ恵み野内10時～18時、火曜休館)
 電話／39-2232

いこえーるイベント情報

①手ごねでつくるパン教室
 手ごねで生地をつくり、ガスオーブンで焼きあげる本格パン教室。今回のメニューは「ハイジの白パン、ドライフルーツのハードパン」です。講師はe-niwaパーソナリティの諸澤美由紀さん。
 とき／8月28日(水)10時～14時
 定員／抽選12人、8月20日(火)までにお申し込みください。結果は当選者の方のみ21日(水)にご連絡いたします。
 参加費／800円
 持ち物／エプロン、スリッパ、筆記用具

②夏の疲れを癒す、ゆったりスッキリヨガ
 とき／8月30日(金)10時30分～11時30分
 定員／先着8人
 参加費／700円(ハーブティー付き)
 持ち物／ヨガマット、水分、汗拭きタオル、動きやすい服装※ヨガマットをお持ちでない方はご相談下さい
 ①②共通
 ところ・問合せ／北ガスジェネックス恵庭営業所いこえーる(恵庭市恵み野西3-1-3)
 電話／36-4774

ブレイクダンス体験会

初心者歓迎!2024年のオリンピック競技にも選ばれているブレイクダンスを体験してみよう。参加無料。要事前申込。
 とき／8月29日(木)19時30分～20時30分
 ところ／恵み野会館集会室1(恵み野北2-12-2)
 持ち物／上履き、動きやすい服装、飲み物、タオル
 定員／15人
 申込期限／8月27日(火)20時まで
 問合せ・申込・電話／090-7054-5122

産後ママのベビー&ママヨガ

赤ちゃんと一緒にベビーヨガを楽しみましょう。
 とき／8月30日(金)13時30分～14時30分
 ところ／黄金ふれあいセンター会議室B(恵庭市黄金南5-11-1)
 対象・定員／生後3カ月～1歳半頃の赤ちゃんとママ
 参加費／500円
 その他／持ち物等詳細は問合せ
 問合せ・申込・電話／090-9514-8722(なぐも)

津軽三味線無料体験レッスン

津軽三味線の基本となる音出レッスンを受け、豪快かつ繊細な音を直に体験してください。当日は津軽三味線をお貸しします。要予約。
 とき／9月4日(水)、18日(水)両日とも18時～20時
 ところ／中島会館(恵庭市中島町4-17-14)
 問合せ・申込・電話／090-3113-7355(高崎)

キッズダンス1カ月無料体験受付中

自ら考え行動し、一步を踏み出せる子供を育てます。洞察力・協調性・諦めない事・成功体験・チャレンジする精神力、成長するために大切なことは習ったことを試し、もっと上手くなれるかを考え、また試す。この仕組みが人を大きくします。
 ①恵庭教室
 とき／毎週金曜日
 ところ／恵庭市総合体育館(恵庭市黄金中央5-199-2)
 ②千歳教室
 とき／毎週火曜日
 ところ／富丘コミュニティセンター(千歳市富丘4-12-16)
 ①②共通
 対象／キッズコース(年長～小学3年生)レギュラーコース(小学4年生～中、高生)
 とき／キッズコース16時～17時、レギュラーコース17時～18時
 問合せ・申込／パチパチクラブ事務局
 電話／0120-503-549※ビーコロ体験希望とお伝えください

One day shop & フリマ

営利目的の教室・体験イベント情報は原則掲載できません。同じ方からのお申込みは、続けて掲載できません。

第2回手作り雑貨マーケットin夢創館 出店者募集

とき／12月15日(日)10時～15時
 ところ／夢創館(恵庭市島松仲町1-2-20)
 募集開始日／8月15日(木)から受付。14ブース埋まり次第終了
 出店料／500円
 問合せ・申込・電話／36-6050(村田)