

## 第94回 陽だまり歌声喫茶

### \*旅立ちの春・季節の歌特集

歌集を持って、生バンドの伴奏に合わせてみんなで歌います。予定曲「学生時代」「高校三年生」「川の流れのように」ほか、全20曲。飲み物は各自用意してください。感染予防により変更する場合があります。要事前申込。

とき／3月25日(土) 13時～15時  
ところ／千歳市総合福祉センター 4階(東雲町2-34)

定員／40人  
問合せ・申込／歌声喫茶 陽だまり  
電話／090-9522-6078(星野)

## テーブル茶道 花水木

### \*体験レッスン

正座なし、着物なし、和室なしの現代的な茶道です。気軽に茶道体験してみませんか？参加有料、要事前申込。

とき／3月26日(日) 14時～15時30分くらい

ところ／ログハウス「ゆうゆう」(千歳市桜木3-1-3、桜木小学校すぐ近く)  
参加費／2000円

定員／4人(先着順)  
持ち物／マスク、ペン(アンケート用)  
申込締切／3月23日(木)

問合せ・電話／090-9432-8401(川畑)

## パチパチクラブ

### ①そろばん1カ月無料体験会

そろばんの楽しさを体験してみよう。15名程度の小人数制。無料体験中は講師とほぼマンツーマンなので安心してください。※大好評のオンラインそろばんも月・水・木曜日に行っております。教室と変わらず小人数制で通わず自宅で受けられます。「パチパチクラブ」で検索してください。要事前申込。

ところ／【恵庭市】大町・柏陽・恵み野・恵み野北の各町内会館。恵庭市民会館、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、あずさ・北栄南・花園・みどり台南・幸福の各町内会館、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

対象／数字の読み書きが出来れば年中・年長さんからでも大丈夫です

定員／各教室若干名  
申込期限／定員になり次第締切

### ②子供のための『習字1カ月無料体験』

書く事はとても脳を活性化する作用があり、集中力・思考力・観察力、コミュニケーション力(非認知能力)を身に付ける事ができます!毛筆だけではなく、えんぴつ・ペン字もしっかり行います!文字の読み書きの基礎も学べ、タブレットで筆順クイズ・漢字カルタなど楽しく覚えることができます。少人数制で、マンツーマンで教えます!小学1年生から学べます!人数に達した時点で受付終了となります。

〈千歳市〉とき／毎週火曜日 15時～18時  
ところ／真々地会館(千歳市真々地1-7-7)

〈恵庭市〉とき／毎週金曜日 15時～18時  
ところ／中島会館(恵庭市中島町4-17-14)

①②共通  
定員／5名程度

問合せ・申込／パチパチクラブ事務局  
電話／0120-503-549(細川)

## tetteもみじ

### \*子育て講座付きワークショップ

簡単なスタンプ遊びで、ミモザリースまたはミモザスワッグのどちらかお好きなものの1点を製作します。製作後はそれぞれ違う子育て講座を開催※製作は1組1点、講座をどちらも受講したい方はご相談ください。一人で複数製作希望の方は講座を2つお申込みください。①褒め育て講座コース・子どもの自己肯定感を育てる言葉掛けポイント、イヤイヤ期などの対策

をお話します②靴選び勉強コース・足の測定の仕方や正しい靴選びの方法、足のトラブルなどをお話します。要事前予約。  
とき／3月12日(日) ①褒め育て講座コース13時30分～14時15分②靴選び勉強コース14時45分～15時30分※受付はどちらも15分前から開始

ところ／緑と語らいの広場えにあす会議室2(恵庭市緑町2-1-1)  
参加費／1組1000円

定員／各5組程度(先着順)  
持ち物／スタンプ遊びで絵の具を使用するため汚れても良い服装、作品持ち帰り用の袋、筆記用具

問合せ・申込／tetteもみじ 岡田  
電話／090-6873-8968

Instagram／@tette\_momiji

## ヨガサークルジュニパーベリー

### \*簡単たまごヨガ

たまごブロックという丸い形のブロックを使い、身体を心地よく伸ばしたり緩めたりしながらヨガをします。呼吸も深まりリラックスします。ヨガが初めての方にも安心して受けていただけるレッスンです。要事前申込。

とき／①3月16日②3月30日※いずれも木曜日 10時～11時10分

ところ／①緑と語らいの広場えにあす会議室2(恵庭市緑町2-1-1) ②恵庭市黄金ふれあいセンター和室(恵庭市黄金南5-11-1)

参加費／1000円  
定員／各3名

持ち物／ヨガマット、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装  
申込期限／レッスンの前日まで

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、ショートメール可)

Eメール／juniperberry.yoga@gmail.com

## shines color

### \*占いと大人の塗り絵でセラピー

①占い  
卒業や入学、就職、引越し、なにかと変化の多い時期になります。心のモヤモヤや迷いを整理してみませんか？

所要時間／1鑑定10分～(延長可、要相談)

### ②大人の塗り絵でセラピー

色が持つ気持ちの浄化作用や脳の活性化に校歌のある塗絵。ハガキサイズのマンガラ絵の塗り絵です。使った色から自分の本質やなりたい自分が見えてきます。

所要時間／30分程度、持ち物不要、出来上がった絵を入れるスタンド付き

### ①②共通

とき／3月16日(木) 10時～16時  
ところ／ミシン&カフェCHILL(恵庭市京町65-2)

その他／鑑定料金など詳細はお問合せください。申込時に占い・塗り絵のどちらかをお伝えください

予約・問合せ／ミシン&カフェCHILL  
電話／090-7645-4623

## うたごえサークルともしび

### \*[3月ミニうたごえ]

今月は春の歌をテーマに「ミニうたごえ」を開催します。貴方の好きな歌を、是非リクエストしてください。歌の好きな方ならどなたでも、どうぞご参加ください。参加無料。事前申込不要。

とき／3月16日(木) 13時30分～14時30分  
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)

その他／マスク着用の上、直接会場へお越しください。会員も募集しています  
問合せ・電話／37-6255(ツボマツ)

## 恵庭女子新体操

### \*無料体験会

女の子の憧れ～キラキラ可愛くりボンやボールを使ってお友達と楽しく踊りましょう。コロナ感染予防対策のためマスク着用、検温にご協力ください。要事前申込。

とき／3月16日・4月6日・20日・27日※いずれも木曜日 17時30分～18時30分

ところ／恵庭市総合体育館(恵庭市黄金中央5-199-2)  
対象／新年中～小学生

持ち物／動きやすい服装  
問合せ・申込・電話／090-9438-1786(横田)

## えにわ楽々歩こう会

### \*冬のコースNo.2 5.0km

とき／3月18日(土) 9時30分～  
集合場所／恵み野駅東口  
参加費／200円(保険料)

持ち物／タオル、水、帽子、滑らない靴  
問合せ・電話／36-7877(松尾)

## サムライ塾入門講座

武士について基礎学習(30分)、居合(抜刀術)基礎(60分)、実践空手や息術(30分)などを通してサムライとは何かを学びます。初心者向けの足軽コースです。心身を強くし自己をさらに成長させたい方は是非ご参加ください。参加無料。要事前申込。

とき／3月18日(土) 10時～12時  
ところ／恵庭市寿町会館2階(恵庭市島松寿町2-24-3)

持ち物／ジャージや剣道着など運動がしやすい服装  
申込方法／ショートメールで名前と年齢を明記して申込

問合せ・申込／サムライ塾  
電話／080-6461-0020

## NPO法人 陽だまりの家

### \*おすそわけ企画「マンガ・絵本配布会」

陽だまりの家に寄贈していただいた、たくさんの方のマンガや絵本をみなさまにおすそ分け致します。好きなマンガ・絵本をお持ち帰りできます。先着30人にはおやつも準備しています。参加無料。子供の未来応援国民運動。

とき／3月18日(土)12時30分～13時30分  
ところ／シニアハウス黄金(恵庭市黄金中央4-7-1)

問合せ／NPO法人 陽だまりの家  
電話／39-2360(平日10時～17時)

## 恵み野北町内会ネットワーク夢

### \*第129回シネマサロン例会

五輪代表選考会でアクシデント。絶望の底から奇跡の回復なるか、実話の映画化。「あの空に太陽が」(1975年、アメリカ)を上映します。入場無料。

とき／3月18日(土) 13時～  
ところ／恵み野北町内会館(恵庭市恵み野北5-8-2)

定員／20名(先着順)  
参加条件／マスク着用でお気軽にお越しください

問合せ／恵み野北町内会ネットワーク夢  
電話／36-4316(渡邊)

## 北海道新体操クラブ恵庭

### \*男子新体操・バク転教室 無料体験会

バク転やトランポリンをやってみたい君!男子新体操をやってみませんか?当クラブはアクロバットのほか、新体操を通じてどんなスポーツにも必要な体幹や柔軟性を身につけることを目標に活動しています。要事前申込。

とき／3月19日(日) 13時～14時  
ところ／恵庭南高校第2体育館(恵庭市白樺町4-1-1)

対象／2023年度小学1年生以上の男子  
持ち物／動きやすい服装、上靴、タオル、着替え、飲み物※外靴は袋に入れ、持ち歩きをお願いします。

申込方法／電話にて事前予約(開催日2日前締切)  
問合せ・申込／北海道新体操クラブ恵庭  
受付代表 及川  
電話／090-7517-1494

## 花端会議に集まろう!

春分の日、春の始まりの日として花を囲んで井戸端会議=花端会議しませんか?はなのまち恵庭の歴史を知る花年表作り、花の語り部おはなし会、となり町から旅人2人組応援トーク、ドライフラワーアレンジワークショップ、植物・ガーデン・庭づくりに関する本の展示販売、春の植物販売など。参加無料。事前申込不要。

とき／3月21日(火・祝) 10時～15時  
ところ／花の拠点はなふるセンターハウス1階(恵庭市南島松828-3)

その他／美味しい可愛い春弁当(800円)、おやつBOX(500円)販売あり※3月17日(金)まで要事前予約

問合せ・弁当予約・電話／090-3397-4821(つちや)  
Eメール／sgm.doya@gmail.com

## 恵庭美術協会

### \*企画展 テーマ「水」

恒例の会員企画展です。今年のテーマは「水」。会員それぞれの表現を楽しんでいただければ幸いです。油彩を中心に40点余りを展示致します。入場無料。

とき／3月23日(木)～26日(日) 10時～18時(最終日16時まで)

ところ／夢創館(恵庭市島松仲町1-2-20、JR島松駅徒歩1分)  
問合せ・電話／36-6607(恵庭美術協会事務局 武藤)

## ダメのない運動遊び教室 幼児の発育発達を促します

つい言ってしまう「ダメ!」をなくして、最低限のルールで、やりたい運動を思う存分やります!参加有料、要事前申込。

とき／3月25日(土) 13時30分～14時30分  
ところ／恵庭市総合体育館(恵庭市黄金中央5-199-2)

講師／作田文子さん  
対象／就学前の幼児(3歳以上)  
参加費／700円

定員／15人(先着順)  
申込方法／下記の電話番号まで、①氏名(子・保護者)②年齢③住所④電話番号を記載したショートメッセージをお送りください。

問合せ・申込・電話／090-8371-0019(松岡)

## 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。

## ハンドメイドフェスタ マルシェデアッテ

人気のハンドメイド作家さんが、春の新作などワクワクする作品を出品します。1000円以上の買い物で1回抽選できます。お楽しみに!

とき／3月11日(土)・12日(日) 10時～16時  
ところ／ちとせモール 1階 センター広場

問合せ／ココハウス  
電話／090-1646-0096(石黒)