

とき／5月26日(金) 10時～11時30分、5月27日(土) 19時～20時30分 ※内容は同じです。

ところ／緑と語らいの広場えにあす2階会議室8-2(恵庭市緑町2丁目1番1号)

講師／中野 満知子氏

定員／10人

③「えにわ地域サポーター養成講座」オープニング

*つながりサポート女性支援事業 恵庭市受託事業

「えにわ地域サポーター」として、居場所づくりなど活動のサポートをしてくれる方を募集。参加無料。

とき／5月26日(金) 10時～11時30分、5月27日(土) 19時～20時30分 ※内容は同じです。

ところ／緑と語らいの広場 えにあす2階会議室8-2(恵庭市緑町2丁目1番1号)

講師／中野 満知子氏

定員／10人

①～③共通

問合せ・申込／NPO法人おはな

電話／080-4044-8313(または公式LINE、ホームページ)

ミナミナ市&カーブーツマルシェ&キッチンカーフェス

*ミナミナ市

モール棟通路にてハンドメイドや焼き菓子など18店が出店します。フードドライブにご協力ください。常温保存できるもの、1カ月以上賞味期限の残っているもの、未開封のもの(お米は開封後でも可)など、家庭で使う予定のない食品があれば、当日プレスボ恵み野館内までお持ちください。

*カーブーツマルシェ

駐車場にて車のトランクを開けて販売するスタイルで、ハンドメイドのお店が20台出店します(雨天荒天中止)。

*キッチンカーフェス

駐車場にて17台で開催します。キッチンカーフェスではSDGsに取り組めます(各店の取り組みを販売窓口に貼付しますので、内容をご確認ください)。

*海上保安部とコラボ

10時～14時。第一管区海上保安本部千歳空港基地から、ゆるキャラ「うみまるくん」が来場。海の安全を守る海保の制服試着コーナーあり。雨天時はリーフレット配布のみ(11時～13時)

とき／5月28日(日) 10時～16時(キッチンカーフェスは17時まで)

ところ／プレスボ恵み野 モール棟通路&駐車場(恵庭市恵み野里美2-15)

その他／混み合う場合は、マスクの着用をお願いします

問合せ／090-8659-9032(ヤマガチ)

Eメール／minamina-ichi@hotmail.com

北海道文教大学 特別公開講座

*ヨーロッパの美しい国 チェコ共和国のことをもっと知ってみよう～歴史と食文化を中心に～

ヨーロッパでも随一に美しいといわれるチェコ共和国について、その歴史と食文化の側面から講演いただきます。参加無料、要事前申込。当日参加も可能です。

講師／在札幌チェコ共和国名誉領事館 名誉領事 野村 真弘氏

とき／6月1日(木) 14時開場 14時40分～16時10分

ところ／北海道文教大学 鶴岡記念講堂1階911教室(恵庭市黄金中央5-196-1)

申込締切／5月30日(火)まで

問合せ・申込／北海道文教大学企画調整部 特別公開講座担当 小林

電話／34-0059

tetteもみじ

*歩き出す前からできるおうち足育あそび&ファーストシューズの選び方

歩き出す前から実は足育ができるんです! ファーストシューズって何でも良いわけじゃ

ないのはご存知でしたか?子どもの足のこと、育児書に載ってないですよ。お子様の足を守るための大切な知識をお話しします。「おうちでできる足育あそび」「ファーストシューズの選び方」など、その他ご相談も可。対象／ベビーちゃん(歩き出す前、ファーストシューズ検討中の方など)

とき／6月1日(木) 9時45分～10時30分(9時30分から受付)

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丁目1-1)

参加費／1000円

定員／10組程度

持ち物／ネンネのお子様はごろんとできるバスタオルなど、普段のお出掛けの持ち物、水分補給ができるもの

申込期限／前日まで

問合せ・申込／tetteもみじ

電話／090-6873-8968(岡田)

恵庭テニス協会

①ナイターダブルステニス教室

ダブルスの上達を目指した中級者向けの教室です。

とき／6月1日・8日・15日・22日 いずれも木曜日、全4日間 19時～21時 ※雨天予備日 6月29日(木)・7月6日(木)

ところ／恵み野中央公園庭球場 ABコート

②初級・中級テニステニス教室

テニスを始めたい、久しぶりに再開したい方など初級者向け・中級者向けの教室です。とき／6月3日・17日・24日・7月1日 いずれも土曜日、全4日間 【初級】13時～14時30分【中級】14時30分～16時 ※雨天予備日 7月8日(土)・15日(土)

ところ／恵み野中央公園庭球場 Aコート

①②共通

参加費／恵庭テニス協会会員 1500円(非会員 3000円)

申込期限／5月31日(水)

問合せ・申込／恵庭テニス協会 事務局

電話／34-3718(ながた)

ブックトーク第27章 in 島松教会

「木の教会」でおなじみの島松教会で、久しぶりのリアル読書会開催!参加者で好きな本を紹介し合い、楽しいひとときを過ごしませんか。

とき／6月3日(土)

ところ／島松伝道所(恵庭市島松東町4-1-8) ※地域の人とのつながりをめざし、教会をお借りしています。

参加費／500円(会場費、飲食代)

持ち物／紹介したい本一冊(ジャンル不問)

問合せ・申込／ひだまりミーティング

電話／090-7250-4302(野原)

認定こども園恵み野第二幼稚園

①学校法人柏学園子育て支援 どんぐり広場開放日(びよちゃん教室)

柏学園の自然教育園どんぐり広場を親子に開放します。おたまじゃくしをつかまえたり乗馬体験を行う予定です。参加無料、要事前申込。

対象／0～4歳までの親子(兄弟で小学生まで可)

とき／6月3日(土)9時30分～11時30分

ところ／柏学園自然教育園どんぐり広場(恵庭市中央380-1中恵庭郵便局向い)

②認定こども園恵み野第二幼稚園 親子体操教室のびのびステップ

0歳児～2歳児頃を対象とした親子体験の教室です。はだしで行います。参加無料、要事前申込。

とき／6月10日(土)9時30分～10時15分

ところ／認定こども園恵み野第二幼稚園(恵庭市恵み野東1-6-11)

①②共通

問合せ・申込／認定こども園恵み野第二幼稚園

電話／37-1455

NPO法人まちづくりスポット恵み野

①Dr. ツクルのこどもアート工作教室

絵や工作が大好きな子集まれ!ぜひ、一緒に想像力を膨らませ、自分の手で作成する喜びを体験してみましょう。詳細は、「Dr. ツクルのこどもアート工作教室」のホームページからご覧ください。

とき／6月4日(日)、11日(日)、25日(日) ※月3回コース 【午前クラス】10時～12時【午後クラス】13時～15時

ところ／まちづくりスポット恵み野(恵庭市恵み野里美2-15)

定員／10人

問合せ・申込／Dr. ツクルのこどもアート工作教室

Eメール／dr-tsukuru@ymail.ne.jp

②料理教室 作っちゃおう「梅仕事」

梅仕事を一緒に作りましょう。梅をシロップにして楽しく参加しませんか。

とき／6月9日(金) 13時～14時

ところ／まちづくりスポット恵み野(恵庭市恵み野里美2-15)

参加費／お土産代 500g 1500円、1kg 2500円(2kgもあります)

持ち物／手拭きタオル、エプロン

申込締切／6月2日(金)まで

その他／当日のキャンセルはお受けできません。締切以降はキャンセル料が発生します。予めご了承ください。

問合せ・申込／葉々倶楽部

Eメール／saisaclub.abe@gmail.com

①②共通

問合せ／NPO法人まちづくりスポット恵み野

電話／39-2232

第11回日本食育学会学術総会 市民公開講座

*市民公開講座『地域に根差した食育への取り組み』

参加無料、申込不要です。

内容・講師／①「中山久蔵翁物語」北海道歴史舞台 絆花②「恵庭市の食育の取り組み」恵庭市保健福祉部保健課 管理栄養士 寺内亜由美氏③「北海道文教大学食育教室19年間の取り組み」北海道文教大学 准教授 小塚美由記④地元企業における食育への取り組み

とき／6月10日(土) 13時20分～14時50分

ところ／北海道文教大学 鶴岡記念講堂大ホール(恵庭市黄金中央5-196-1)

問合せ／北海道文教大学

電話／34-0019(大学代表番号)

Eメール／jss2023@o.do-bunkyo.ac.jp

電話／34-0019(大学代表番号)

Eメール／jss2023@o.do-bunkyo.ac.jp

Eメール／jss2023@o.do-bunkyo.ac.jp

Eメール／jss2023@o.do-bunkyo.ac.jp

ヨガセラピー

①乳がん経験者のためのヨガ

無理のない範囲で少しづつ体をほぐし、心にも優しい時間を過ごしましょう。インストラクターも乳がん・子宮頸がん経験者です。お気軽にお問い合わせください。

対象／乳がん患者・その家族・友人等(他のがん種の方も参加できますが女性限定)

とき／6月10日(土)、24日(土) 10時30分～11時45分

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)

②シニアヨガ

膝や腰に不調のある方、体力に自信のない方でも、椅子やタオルを使用して無理のない範囲で身体を動かし、体力の維持・向上を目指しましょう!

対象／60歳以上の方

【かしわのもり会場】

とき／6月2日・9日・16日・23日・30日 いずれも金曜日、6月6日・13日・20日・27日 いずれも火曜日 10時30分～11時30分

ところ／恵庭市生涯学習施設かしわのもり 会議室(恵庭市大町1-5-7)

【えにあす会場】

とき／6月12日・19日・26日 いずれも

月曜日 10時～11時

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)

③やさしい椅子ヨガ

きついポーズや激しい動きはありません。ヨガが初めての方や身体がかたい方、運動が苦手な方、心身に不調のある方もご参加頂ける椅子を使用したヨガです。

対象／どなたでも

とき／6月3日・17日 いずれも土曜日、10時30分～11時30分

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)

①～③共通

参加費／700円(初回体験無料・回数券購入で600円)

持ち物／裸足になれるジャージ等の動きやすい服装、あればヨガマット(無料貸出あり)、長めのタオル、飲み物

申込締切／前日まで(キャンセルは当日でも可。キャンセル料は一切かかりません)

問合せ・申込／一般社団法人日本ヨガメディカル協会 認定ヨガセラピスト 吉田直子

電話／090-1641-6933(ショートメール可)

北海道ハイテクノロジー専門学校 附属鍼灸院

*はりきゅう体験会

ハイテク附属鍼灸院スタッフによるはりきゅう体験治療。臨床実習授業の一環として学生が助手として対応します。実際の治療は鍼灸院のスタッフが丁寧にを行うのでご安心ください。身体の不調や健康相談など対応いたします。要事前申込。

とき／6月9日(金) 10時～15時

ところ／北海道ハイテクノロジー専門学校 附属鍼灸院

参加費／500円(材料費)

定員／先着30人(予約制)

その他／手足の出やすい服装でお越しください。

問合せ・申込／①ハイテク附属鍼灸院 ②北海道ハイテクノロジー専門学校 鍼灸師学科

電話／①25-6222 ②36-8119

Eメール／info-am@hht.ac.jp

良いことたくさん! 男性の家事

*セミナー&ワークショップ

男性の家事参加が望まれている昨今、楽しく前向きになるには…ヒントを見つけるイベントです。家事の分類など基礎的なことから現状から見える問題点、考え方の違いなどを取り上げ、みなさんと一緒に考えます。恵庭市街からの参加も可能です。参加無料、要事前申込。

対象／男性(独身・既婚問わず) ※ご夫婦や女性のみ参加も歓迎

とき／6月23日(金) 13時30分～15時30分

ところ／プレスボ恵み野内 まちづくりスポット恵み野(恵庭市恵み野里美2-15)

定員／20人(申込順)

問合せ・申込／千歳市民団体 みんなの椅子

電話／090-7641-8675(井倉)

Eメール／minnanoisu@gmail.com

ホッカイドウ競馬「グランシャリオナイター」

6/1 第27回 北海道スプリントカップ JpnIII

6/15 第5回 北海優駿(ダービー) H1

11月9日(木)まで 毎週火・水・木を基本に 全日程ナイター開催!

ホッカイドウ競馬も! JRAも! 南関東も! ホッカイドウ競馬の場外発売所で全国の競馬が楽しめる!

J-PLACE 千歳市東郊1丁目7-1 営業時間 ●地方競馬ナイター開催日/14:00~ ●地方競馬デー開催日/10:00~ ●地方競馬デーナイター開催日/10:00~ ●JRA発売日/9:20~

Aiba千歳 TEL.0123-40-9000

ホッカイドウ競馬 [ホッカイドウ競馬 検索]

馬券は20歳になってから ほどよく楽しむ大人の遊び

馬券は20歳になってから ほどよく楽しむ大人の遊び