

ところ／東千歳駐屯地多目的広場(千歳市祝梅1016)  
 その他／順延・中止のお知らせは当日午前8時に東千歳駐屯地公式X(旧Twitter)にアップします。  
 問合せ／東千歳駐屯地業務隊総務科 電話／23-5131(内線3306)

**実花 flowers**

\*仏花作り  
 プリザーブドフラワーで大切な方へお花を紡ぎます。要事前申込。  
 とき／8月4日(日)10時40分～1時間半程度  
 ところ／まちライブラリー@ちとせ(千歳市末広6-3、アルファ千歳ビル1階)  
 参加費／2000円  
 持ち物／エプロン、持ち帰り袋  
 その他／お2つ制作されたい方、お申込の際にお伝えください。  
 問合せ・申込／070-6601-9261

**アリス認定こども園 園開放**

\*緑の芝生で水遊び  
 手作りの噴水や水鉄砲で楽しく遊びましょう。雨天時は、園内ホールでサーキット遊びをします。参加無料。要事前申込。  
 とき／8月8日(木)10時～11時  
 ところ／アリス認定こども園(千歳市勇舞1-1-1)  
 対象／就学前のお子さんと保護者  
 定員／10組  
 持ち物／お子さまの着替え  
 申込期間／7月30日(火)～8月1日(木)12時～15時  
 問合せ・申込／24-7000

**シルバー人材センター 指定管理者自主事業**

\*サマーイベントin末広  
 ①昔遊び教室～色々な形のシャボン玉を体験  
 参加無料。要事前申込。  
 とき／8月9日(金)10時～12時  
 持ち物／帽子、タオル  
 その他／雨天時は、折紙教室に変更  
 ②手芸教室～小物入れ 可愛く飾りつけ  
 参加無料。要事前申込。  
 とき／8月9日(金)10時～12時  
 持ち物／おしぼり  
 ①②共通  
 ところ／末広会館(千歳市末広8-6-5)  
 定員／各15人  
 申込期間／8月8日(木)12時まで  
 問合せ・申込／23-1946

**千歳市環境整備事業協同組合**

\*夏休み限定 小中学生無料パークゴルフ  
 プレー料金、クラブ・ボールも無料で貸し出し。スタンプラリーで景品ゲット!親子で、友達同士で気軽にお越しください。事前申込不要。  
 とき／7月26日(金)～8月25日(日)8時～18時  
 ところ／指宿公園(千歳市大和4-3)、遺跡公園(千歳市清流2-1)、つばさ公園(千歳市泉沢1007-127)、勇舞すこやか公園(千歳市桜木3-8-5)、アンカレジパーク(千歳市青葉丘2198)  
 その他／同伴者の方も2人まで無料。3人から【市内在住】65歳以上・高校生1人150円、小・中学生1人100円【市外在住】65歳以上・高校

生1人600円、小・中学生1人300円となります。お休みの日:指宿公園(毎週月曜)、遺跡公園(毎週火曜)、つばさ公園(毎週水曜)、勇舞すこやか公園(毎週木曜)、アンカレジパーク(毎週金)  
 問合せ／24-1366

**整理収納・衣類収納アドバイザー SHOKO**

\*服選びが楽しくなる!「好き」を見つけてスッキリ衣類収納  
 衣類収納アドバイザーと一緒にスッキリクローゼットとワクワク服選びを叶える衣類整理(収納)を学びます。要事前申込。  
 とき／8月27日(火)10時～12時  
 ところ／ザ・バードウォッチング・カフェ(千歳市蘭越90-26)  
 定員／10人  
 参加費／1000円(お茶&お菓子代含む)  
 持ち物／切り抜いて良いファッション雑誌やカタログ1冊  
 申込期間／8月20日(火)  
 問合せ・申込／brightsizelife1@gmail.com

**島松夢創館倶楽部**

\*第8回手作り雑貨マーケット  
 ハンドメイド作家さんによる作品販売イベント。島田農園さん、豆腐屋豆でっぼうさんの美味しいお楽しみあり(数量限定)。入場無料。  
 とき／7月27日(土)10時～16時  
 ところ／夢創館(恵庭市島松仲町1-2-20)  
 持ち物／エコバッグ  
 問合せ／36-6050

**ポップアップショップ【モリノワ】**

「季節のお花・木工作品・ヒンメリ」の展示販売です。入場無料。  
 とき／7月27日(土)10時～16時  
 ところ／花の拠点「はなふる」暮らしを恵む庭(恵庭市南島松828-3)  
 問合せ／080-5598-5623(佐藤、ショートメールのみ受付)

**tette もみじ**

\*Let's夏休みチャレンジ!  
 「やってみたい!」を応援します!じっくり制作を楽しみませんか?親子で参加、子どもだけでも!夏休みの作品に◎。要事前申込。  
 とき／①【フェイクスイーツづくり】8月1日(木)13時30分～14時30分  
 ②【タイルコースターづくり】8月2日(金)10時30分～11時30分  
 ところ／緑と語らいの広場えにあす2階クッキングスタジオ(恵庭市緑町2-1-1)  
 参加費／1000円(材料費込み)  
 定員／各5組(先着順)  
 対象／3歳頃～大人。子どものみの参加は小学生以上。未就学児の子どもは必ず保護者の方が付き添い又は一緒に制作をしてください。  
 持ち物／汚れてもよい服装、ハンカチ  
 問合せ・申込／090-6873-8968(岡田)

**ダンスアトリエ フェリール**

①えにわキッズバトンダンスレッスン『8月』  
 初心者さん向けのレッスンです。バトンをくるくるまわして踊ろう。要

事前申込。  
 とき／8月1日(木)16時～16時50分  
 対象／5歳～12歳  
 参加費／1000円  
 ②えにわキッズポンポンダンスレッスン『8月』  
 キラキラのポンポンを使ってたのしくおどろろ。ダンスがだいすきな子どもたち、大歓迎です!要事前申込。  
 とき／8月22日(木)16時～16時50分  
 対象／4歳～6歳  
 参加費／500円  
 ①②共通  
 ところ／緑と語らいの広場えにあす(恵庭市緑町2-1-1)  
 問合せ・申込／090-2423-2250

**一般社団法人日本ヨガメディカル協会**

①シニアヨガ  
 要事前申込。  
 とき・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)8月2日(金)、6日(火)、9日(金)、20日(火)、23日(金)、27日(火)、30日(金)9時30分～10時40分、11時～12時10分【緑と語らいの広場えにあす会議室】(恵庭市緑町2-1-1)8月5日(月)、19日(月)、26日(月)10時～11時10分  
 対象／60才以上の方  
 ②やさしい椅子ヨガ  
 要事前申込。  
 とき／8月3日(土)、24日(土)10時30分～11時40分  
 ところ／緑と語らいの広場えにあす会議室  
 ③乳がん経験者のためのヨガ  
 要事前申込。  
 とき／8月10日(土)、31日(土)10時30分～11時55分  
 ところ／緑と語らいの広場えにあす会議室  
 対象／乳がん患者さん、その家族、友人(他のがん種の方も参加できますが女性限定)  
 ①～③共通  
 参加費／900円(初回体験無料)  
 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、バスタオル、飲み物  
 申込期間／前日までに要申し込み(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／090-1641-6933(吉田、ショートメールも可)またはbreath.eniwa@gmail.com

**幼稚舎えるむ「七夕の集い」**

園のお友だちと七夕の集いに参加しませんか?お願いごとが叶うように、親子で短冊を書いて一緒に楽しみましょう。参加無料。要事前申込。  
 とき／8月7日(水)9時45分～10時30分  
 ところ／幼稚舎えるむ(恵庭市黄金北4-7-8)  
 申込期間／8月6日(火)まで  
 問合せ・申込／33-0010

**ナツメ堂鍼灸院**

\*鍼灸師が教えるお灸と耳ツボ教室「夏バテ対策!胃腸を元気にするツボ」  
 ツボさえ分かれば誰でも簡単にできるお灸。その場で東洋医学診断し症状に合ったツボにお灸、耳ツボをお教えます(50分)。要事前申込。  
 とき／8月7日(水)12時30分～13時20分  
 ところ／ナツメ堂鍼灸院(恵庭市駒場町1-1-3)  
 参加費／2000円  
 対象／女性  
 定員／4人  
 その他／自宅用お灸プレゼントします。  
 問合せ・申込／21-8988(FAXも可)

**菜々倶楽部**

\*料理教室 作っちゃおう「ピクルス」  
 要事前申込。  
 とき／8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1500円  
 持ち物／手拭きタオル、エプロン  
 問合せ・申込／070-4153-9237  
 または、saisaclub.abe@gmail.com

# やまとの里 デイサービス センター

\65歳以上の皆さん!

## ランチ付 1日体験利用してみませんか

【申込期間】8/1～8/30迄 ※月～金

おためし料金 530円

ご利用日の3日前までにお申し込みください。





…体験スケジュール…

- お迎え 8:30～9:30  
※到着後、看護師による健康チェック
- 入浴・体操 10:30～
- ランチ 12:00～
- お帰り送迎 13:00～

体験終了後、ご利用ご希望の方は介護保険サービスとなりますので、ご相談ください。



お申込・問合せ TEL:0123-27-7501 (担当/石川・三宅)

社会福祉法人 千歳福祉会 やまとの里デイサービスセンター 千歳市大和4丁目2番1号

