

混声合唱組曲「海の詩」より、NHK朝ドラテーマ曲など4ステージ構成。入場無料。事前申込不要。

とき／10月4日(金)19時～※開場18時30分～

ところ／北ガス文化ホール中ホール(千歳市北栄2-2-11)

その他／指揮・那須野裕司、伴奏・田口華織

問合せ／090-6263-7396(杉山)

**隆光書道会 夢の書展**

幅広い世代の方々、約150点の心を表現した書道展。体験したい方は会場でお申し込みください。観覧無料。

とき／10月11日(金)～14日(月・祝)10時～18時※最終日は16時まで

ところ／千歳市民ギャラリー2階展示ホール(千歳市千代田町5-7-1)

その他／体験の道具は用意してあります。問合せ・申込／090-2874-7045(山口)

**みんなをつなげる会ボード&安全部会**

\*みんなが使いやすいコンビニへ～指さしシート活用術～

障がいのある方でも利用しやすいコンビニを目指す取り組みについて教えます。要約筆記、手話通訳、拡大・点字資料あり。参加無料。要事前申込。

とき／10月20日(日)13時30分～16時※開場13時～

ところ／鉄東コミュニティセンター体育館(千歳市青葉5-8-2)

対象／障害のある方やその家族、関心のある方

定員／60人(先着順)

持ち物／上靴、筆記用具

申込期間／10月9日(水)まで

問合せ・申込／40-0800(サークルエイト・青木)またはFAX40-0822またはaoki0512@gmail.com

**千歳ライオンズクラブ千歳子育て支援部**

\*お下がり大募集!

11月8日(金)に鉄東コミュニティセンターで「チャリティキッズバザー」開催予定。おさがり回収にご協力をお願いします。参加無料。事前申込不要。

とき／11月5日(火)まで

回収場所／千歳市社会福祉協議会(千歳市東雲町1-11)

その他／60～150サイズまでの子ども服と育児アイテム(おもちゃ、絵本含む)などを回収場所までお持ち込みください。サイズごとに袋を分け、袋にサイズを書いていただくと助かります。

問合せ／080-1288-8887またはchitosekids2023@gmail.com

**えにわ市民プラザ・アイル**

①～だから映画はやめられない～

\*上映「インポッシブル」

2004年スマトラ島沖地震の津波で被災したイギリス人一家の実話を映画化。親子の絆が胸を打つ。参加無料。事前申込不要。

とき／9月21日(土)18時～20時

定員／25人

解説／Eniwaの映画小僧ヒロさん

②スマホのギモン解決!相談会

\*個別でスマホの困った!を解決

お店のアプリや二次元コード読み取り、LINEの使い方などをお手伝いいたします。要事前申込。

とき／9月24日(火)14時～16時30分  
定員／6人(先着順)

参加費／500円(30分)

持ち物／お持ちのスマホ、タブレット、筆記用具

講師／上野かおりさん(デジタル庁認定デジタル推進委員)

③つるんとヘルシー薬膳スイーツを食べよう

\*美味しくヘルシー、幸せスイーツと選べる薬膳茶付き

中医学に基づく体質診断と反射区によるハンドマッサージも承ります。3種類の薬膳茶を用意しております(各150円)。要事前申込。

とき／9月25日(水)13時～16時

参加費・定員／【薬膳スイーツ】500円、14人【ハンドマッサージ・体質診断】各500円・両方で700円、4人

講師／池端芳江さん(和漢薬膳師、登録販売者、ハンドリフレクソロジスト)

①～③共通

ところ／えにわ市民プラザ・アイル(恵庭市本町110)※開館時間10時～17時、休館日・日曜日、祝日、棚卸9月30日(月) 問合せ・申込／39-3355

**NPO法人おはな**

①居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

障がいの有無に関わらず、どちらの市町村からもどなたでも参加でき、自由な時間を過ごせる場所です。出入り自由。参加無料。事前申込不要。

とき／9月21日(土)18時～20時

ところ／緑と語らいの広場えにあす会議室1(恵庭市緑町2-1-1)

その他／NPO法人おはなメンバーと、えにわ地域サポーターがお話をお聞きします。はぴナビかふえ「あたしん家」同時開催

②依存症家族会

依存症の種類は問わず(薬物※市販薬・処方薬OD含む・アルコール・ギャンブル・ネットなどなんでも)どちらの市町村からも参加可能。参加無料。要事前申込。

とき／9月28日(土)13時～15時

ところ／恵庭市内(参加申し込みの際にお知らせいたします)

その他／ASK認定依存症予防教育アドバイザー、ピアサポーターがいます。

③依存症への理解を深める講話「刑罰では依存症問題は解決しない?!」

\*回復を応援し受け入れる社会へ

依存症者が犯罪をした場合の、刑罰と刑務所内での措置について、普段なかなか聞くことが出来ないお話です。参加無料。事前申込不要。

とき／9月28日(土)16時～17時30分

ところ／緑と語らいの広場えにあす1階会議室2・3

講師／法務省旭川保護観察所 企画調整課長 畠山 茂祥氏

①～③

問合せ・申込／080-4044-8313(石上)またはnpoohana13@gmail.com

**新日本婦人の会**

\*新婦人まつり

①スワッグの体験

さまざまな花材を使ってスワッグの作成を体験。要事前申込。

とき／9月28日(土)11時～14時30分  
参加費／1500円(花代)

申込期間／9月24日(火)まで

②大人の読み聞かせ

ゆったりと物語の世界にひたってみませんか?参加無料。事前申込不要。

とき／9月28日(土)11時～14時30分  
③ヨガ体験

\*心と体を整えてすこやかに暮らす

ヨガの呼吸法と簡単な体験。参加無料。事前申込不要。

とき／9月28日(土)11時～14時30分  
①～③共通

ところ／恵み野会館2階(恵庭市恵み野北2-12-2)

問合せ・申込／090-7646-1452

**大切なペットを守る為に**

ワンちゃん、ネコちゃんにもしもの事があつた時知っていてほしい心肺蘇生法、人工呼吸のやり方、噛まれた時の対処法をお伝えします。要事前申込。

とき／9月25日(水)18時～19時

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)

参加費／500円

持ち物／あれば犬or猫ぬいぐるみ

問合せ・申込／070-8372-6352(市田)

**ミナミナ市&カーブーツマルシェ&キッチンカーフェス**

さまざまな作家さんの作品、焼き菓子など様々なお店がモール棟通路真中に並びます。カーブーツマルシェ、キッチンカーフェス同時開催。入場無料。

とき／9月29日(日)10時～16時※キッチンカーフェスは17時まで

ところ／フレスポ恵み野モール棟通路&駐車場(恵庭市恵み野里美2-15)

問合せ／070-8493-4420(ヤマグチ)

**BFIT**

\*行き渋りっ子のためのリズムFIT体験会  
行き渋り経験や消極的な子の思春期の体と心にFITする運動プログラムを楽しみませんか?要事前申込。

とき／10月1日(火)17時10分～18時10分

ところ／恵庭市黄金ふれあいセンター会議室C(恵庭市黄金南5-11-1)

対象／小学5年生以上。スポーツやダンス未経験のお子さん

定員／5人(先着順)

参加費／2000円(テキスト込み)

持ち物／運動靴、飲み物

問合せ・申込／080-4501-6228

**歩くまでの発達講座**

乳児期の発達は歩いてからのことばやコミュニケーション、イヤイヤ期にも影響します。発達学に基づいた育児のポイントをお伝えします。要事前申込。

とき／10月5日(土)10時～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)

参加費／1000円

対象／1か月～歩くまでのお子さんとそのご家族

定員／5組

問合せ／090-9087-1464(高橋)

申込／jetkitchen0307@gmail.com

**第9回めぐみのジャズコンサート**

2バンドによる演奏。正統派ジャズバンド「BeBe」、ハードシップ系バンド「Route36Quintet」。参加無料。事前申込不要。

とき／10月5日(土)14時～16時予定  
※開場13時30分～

ところ／恵み野会館(恵庭市恵み野北2-12-2)  
定員／170人(先着順)

**ちゃんと☆マンガ部**  
千歳高校漫画研究部 第101回  
楽しいお月見が...? by ぴいちゃん



今回の掲載は10月18日発行のちゃんと944号です。お楽しみに!!

持ち物／ソフトドリンクのみ可  
問合せ／37-0356(吉田)

**図書館ボランティア「黄色いエプロンの会」**

\*第47回本のリサイクル市

美術書、単行本、文庫本、絵本、実用書など10円から販売。無料本コーナーもあります。入場無料。

とき／10月6日(日)10時～14時※雨天決行

ところ／恵庭市立図書館本館玄関前(恵庭市恵み野西5-10-2)

持ち物／エコバッグをご持参ください。

問合せ／37-2181(恵庭市立図書館)

**島松病院開設40周年記念講演**

\*市民向け公開講座「怒りのメカニズムと対処法」

前半は「怒りのメカニズム」「怒りの対処法」「親子の距離感」についての講演会。後半は精神科医とのディスカッション。参加無料。要事前申込。

とき／10月19日(土)14時30分～16時50分※受付14時～

ところ／緑と語らいの広場えにあす2階会議室8(恵庭市緑町2-1-1)

申込期間／10月11日(金)まで

講師／田房 永子氏(漫画家・エッセイスト)

その他／発達障害との関連や皆様からの質問にもお答えします。

申込方法／島松病院HPの申込フォームまたはお電話  
問合せ・申込／36-5181