

わせて昭和の歌をみんなで歌います。事前申込不要。

とき／10月5日(土) 13時～15時  
 ところ／千歳市社会福祉協議会2階(千歳市東雲町1-11)  
 参加費／500円  
 問合せ／090-9522-6078(星野)

**千歳川かわ塾**

1年を通して自然を感じ、防災や治水について学ぶ小学生向け環境学習体験です。今回、漁川に遡上するサケをさがしたり、魚や昆虫を調べます。要事前申込。

とき／10月12日(土) 9時30分～12時  
 集合場所／恵庭市中島公園駐車場(恵庭市中島町3-1-1)  
 参加費／500円  
 持ち物／ぬれても良い靴、着替え、防寒着、雨具  
 その他／大人のみ参加も可  
 問合せ・申込／011-522-8700

**国際護身武道協会**

\*スポーツの日に空手をやろう！  
 簡単な空手動作、ミット打ち、柔軟体操など。参加無料。要事前申込。  
 とき／10月14日(月・祝) 10時～11時30分  
 ところ／ひばりが丘町内会館(千歳市北光4-1-1)  
 対象／小学生～大人まで  
 持ち物／動きやすい服装(ジャージなど)、汗拭きタオル、飲み物  
 申込期間／10月13日(日)まで  
 問合せ・申込／090-2534-6897(モロズミ)

**苫小牧念法寺**

\*仏教文化講演会～人生を豊かにする仏教の教え～  
 仏教の智慧を身近な生活にリンクして、笑顔多き人生を提唱します。参加無料。要事前申込。  
 とき／10月23日(水) 10時～12時※開場9時30分  
 ところ／千歳アルカディアプラザ(千歳市柏台南1-3-1)  
 問合せ・申込／0144-72-7939(小川)

**発達障がいの子を持つ親の会 うたりんずワークショップ**

市内在住ディンプルアート作家 ナナイロさんと一緒にキーホルダー(色塗り)を作ります。要事前申込。  
 とき／10月24日(木) 10時～12時  
 ところ／花園コミュニティセンター(千歳市花園4-2-5)  
 参加費／200円  
 申込期間／10月20日(日)まで  
 問合せ・申込／090-6446-3444  
 またはhatta2.love@gmail.com

**支笏湖ビジターセンター**

①紅葉パウチ交換  
 お客様が拾ってきた落ち葉と交換で、ビジターセンタースタッフ手作りのしおりとして使える「紅葉パウチ」をプレゼント。参加無料。事前申込

不要。  
 とき／10月21日(月)～31日(木) 11時～15時  
 ところ／支笏湖ビジターセンター内(千歳市支笏湖温泉)  
 定員／100人(先着順)  
 その他／ツタウルシの葉を拾わないようご注意ください。

②モラップ「一の沢」めぐり  
 樽前山の火砕流により形成された炭化木の露頭や涸れ沢と滝をめぐり、一の沢の自然をレクチャーします。※悪天候中止。参加無料。要事前申込。  
 とき／10月26日(土) 9時～15時  
 ※8時45分集合  
 集合場所／モラップ第二駐車場(モラップ旧樽前荘前駐車場の左側にある駐車場)※支笏湖ビジターセンターのHPに地図を掲載しています。

対象／中学生以上  
 定員／10人(先着順)  
 持ち物／活動しやすい服装(虫刺され・草かぶれを予防するため長袖・長ズボン)、登山靴用のような足首をホールドする靴、帽子、雨がっぱ、軍手、防寒着、タオル、昼食、行動食、飲み物

③紅葉はがき作り  
 紅葉したモミジの押し葉を使ってオリジナルの「紅葉はがき」をつくります。参加無料。事前申込不要。  
 とき／10月27日(日) 11時～15時  
 ところ／支笏湖ビジターセンター内  
 定員／100人(先着順)

①～③共通  
 問合せ・申込／25-2453(榊原)またはFAX25-2472

**北海道恵庭南高等学校**

\*恵庭南高校定時制 不登校・ひきこもり支援「夜な夜な会」開催  
 不登校やひきこもり、進路のことなど私たち教員とお話しませんか？お一人で悩まず、お時間のある方ぜひおいでください。参加無料。事前申込不要。  
 とき／9月27日(金) 18時～19時30分※18時30分までに参加者がいない場合は休会とします。  
 ところ／北海道恵庭南高等学校(恵庭市白樺町4-1-1)  
 持ち物／スリッパなど上履きをお持ちください。  
 その他／お出かけ前に、必ず学校のHP(定時制)で予定の変更がないかご確認ください。  
 問合せ／32-2391(新岡)※17時～21時まで

**花の庭と「楽しい手作り小物」販売**

ワンちゃんのベストやクリスマスの小物・バッグなどなど、盛りだくさんでお待ちしています。※雨天決行。入場無料。  
 とき／9月28日(土) 10時～14時  
 ところ／恵庭市幸町2-3-1  
 問合せ／34-0571(赤木)

**生活クラブ生協恵庭支部**  
 \*恵庭に移動説明車がやってくる！  
 持続可能な視点で作られている生

活クラブオリジナルの食材や石けんをご紹介します。お気軽にいらしてください。参加無料。事前申込不要。  
 とき／10月1日(火) ①11時～12時②13時30分～14時30分  
 ところ／①恵庭市中央エリア②恵庭市恵み野南5エリア  
 持ち物／エコバッグをお持ちください。  
 問合せ／090-9085-6216(竹森)

**ヨガサークルBreath**

\*ヨガセラピー  
 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)10月1日(火)8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)9時30分～10時40分、11時～12時10分。  
 10月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)10時～11時10分【緑と語らいの広場えにあす会議室2】(恵庭市緑町2-1-1)10月7日(月)、21日(月)、28日(月)10時～11時10分  
 対象／60歳以上の方

②やさしい椅子ヨガ  
 要事前申込。  
 とき／10月5日(土)、19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1

③乳がん患者のためのヨガ  
 要事前申込。  
 とき／10月12日(土)、26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1

対象／乳がん患者さん・その家族・友人など(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(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

**陶芸サークル歩(あらた)窯工房**

\*10周年、歩窯「秋の陶器市」開催  
 お茶やお酒を美味しいものと楽しむ季節。さらに楽しいものとするため

に、器にこってみませんか。入場無料。  
 とき／10月6日(日) 9時30分～15時  
 ところ／陶芸サークル歩(あらた)窯工房(恵庭市南島松596)※はなふる近く  
 持ち物／エコバッグをお持ちください。  
 問合せ／090-6219-7252

**恵庭視覚障がい者フロンティア協会**

\*研修セミナー～防災を学ぼう！～  
 恵庭市の災害リスクや災害時における地域の情報発信についてなどの講演。手話通訳あり。参加無料。事前申込不要。  
 とき／10月6日(日) 10時～12時  
 ※9時40分～開場  
 ところ／恵庭市福祉会館(恵庭市末広町124)  
 定員／40人  
 講師／地域防災マネージャー・谷口和三氏、FMe-niwa取締役・三浦真吾氏  
 その他／※マスクをご着用ください。ご要望があれば、講演時資料をCDにして後日お渡します。  
 問合せ／080-9003-2561(小河)

**恵庭ふるさと100年の森**

\*北清の森オータムフェスト2024  
 恵庭市島松沢にあるみんなの森で秋の素敵なイベントを開催！森の中でアコースティックライブ、森カフェなどゆったり遊びながら過ごします。参加無料。事前申込不要。  
 とき／10月6日(日) 10時～15時  
 ところ／北清の森(恵庭市島松沢110)  
 持ち物／森で遊ぶときは汚れても良い服装  
 問合せ／33-2541(池田)

**恵庭弓道連盟**

\*「恵庭市長杯」恵庭市民弓道大会  
 弓道経験のある方はお気軽にご参加ください。要事前申込。  
 とき／10月14日(月・祝) 9時30分～12時  
 ところ／恵庭市総合体育館弓道場(恵庭市黄金中央5-199-2)  
 対象／弓道経験のある恵庭市民  
 参加費／500円  
 申込期間／10月7日(月)まで  
 問合せ・申込／37-1671(小田)

**千歳市役所だより**  
**東京千歳会第21回交流会の開催について**  
 東京近郊にお住まいの方を中心に会員を構成し千歳の応援団になっていただいております。今年も特産品の販売・大抽選会・催しなど企画満載です。交流会は現在お住まいの地域に関わらず会員ではなくてもご参加いただけます。関心のある方は、次の要領でお申し込みください。  
**【開催日時】**  
 令和6年11月20日(水) 18時30分から  
**【開催場所】**  
 都市センターホテル3階 コスモスホール 1・11 東京都千代田区平河町2-4-1  
**【会費】**  
 8000円  
**【申込】**  
 10月18日(金)までに電話(0123-3190-3190)かメール(kikaku@city.chitose.city)にて申込  
**【担当】**  
 東京千歳会事務局  
 電話 0123-3190-2431  
 FAX 0123-3190-2288  
 552