

イベント告知やサークル仲間募集など、いろんな情報が盛りだくさん!

# タウンニュース



**10月18日(金)発行の  
タウンニュース原稿の締め切りは  
10月9日(水)16時  
までとなります。**

掲載のご依頼はこちらから

【FAX】0123-27-4911

【Eメール】chat@chanto.biz

【掲載依頼書がダウンロードできます】

https://chanto.biz/henshu/

※お電話での受付はしておりません。

こちらの二次元  
コードからも  
アクセスできます



下記注意事項を必ずお読みいただき、ご理解、ご了承のうえお申し込みください。

- 掲載申込は掲載前週の水曜16時までとなりますので、ご注意ください。
- 情報掲載には審査、抽選がございます。掲載の可否についてのお問合せはお受けしておりません。
- 1回の申込で掲載できるイベント数は1団体につき最大3項目までとなります。イベント説明は最大4行(60字程度)でお願いいたします。文字数が多い場合は編集・短縮する場合がございます。
- 材料費・保険代などイベント参加に係る費用総額が2,000円を超える内容については掲載ができません。また、営利目的の情報や開催場所など詳細が不明な場合も同様となります。
- 美容効果や病気治療をうたうもの(例→美白、若返る。肩凝り腰痛が治る・解消、癌が治る)は掲載できません。

## 千歳市

### 市民健康講座

\*テーマ「喘息～吸入薬を上手に吸えていますか～」。

参加無料。事前申込不要。

とき／10月19日(土)13時～14時

ところ／市立千歳市民病院2階講義室(千歳市北光2-1-1)

講師／市立千歳市民病院内科診療部長 竹敷 公洋

その他／参加者はマスク着用推奨。入口は正面玄関

問合せ／市立千歳市民病院地域医療連携課 電話／24-3000(内線8138)

### 千歳市スポーツ振興課

①令和6年度秋の市民歩こう会

参加無料。要事前申込。

とき／10月20日(日)8時～16時

ところ／洞爺湖周辺

集合場所／千歳市役所第二庁舎前(千歳市東雲町2-34-34)バスで現地まで移動します。\*受付7時30分～

対象／千歳市民で小学生以上の方

定員／40人(先着順)\*定員になり次第締切 持ち物／昼食、飲み物、タオル、着替え、雨具、虫よけスプレーなど。動きやすい服装と履き慣れた靴でご参加ください。

申込期間／10月10日(木)～17日(木)まで

②市民交流会(親子でスポーツチャレンジ) 参加者募集

カローリング、ドッジビー、五色綱引きほか。参加無料。要事前申込。

とき／11月16日(土)9時～12時\*受付8時40分～

ところ／千歳市開基記念総合武道館(千歳市あずさ1-3-1)

対象／小学校以上の子と保護者のペア

定員／20組(先着順)\*定員になり次第締切 持ち物／室内運動靴、外靴を入れる袋、タオル、着替えなど(ジャージなど運動しやすい服装で参加してください)

申込期間／11月6日(水)まで

①②共通

申込方法／スポーツ振興課(東雲町2-34本庁舎1階)に直接、または電話、FAX、メールのいずれかで申し込みください。

問合せ・申込／24-0855またはFAX22-8851またはsportsshinko@city.chitose.lg.jp

## 恵庭市

### 第69回えにわ市民文化祭

日ごろの文化活動の成果を発表するえにわ市民文化祭を開催します。恵庭市民会館にお立ち寄りの際はぜひご覧ください。参加無料。

とき／【展示部門(文化協会、公民館サークル、市民講座、一般公募)】10月4日(金)～6日(日)10時～18時\*初日は13時から、最終日は16時まで【舞台部門(文化協会、公民館サークル、市民講座、一般公募)】10月19日(土)・20日(日)13時～16時

ところ／恵庭市民会館(恵庭市新町10)

問合せ／33-3131\*内線1714(恵庭市教育委員会社会教育課)

## スポーツ&カルチャー

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。

### 千歳ブリッジクラブ

\*コントラクトブリッジ仲間募集中!

最高に知的で面白いカードゲーム、世界各国に愛好者がいる「コントラクトブリッジ」をご一緒に楽しみませんか?見学も大歓迎。事前申込不要。

とき／毎週土曜日13時～16時

ところ／向陽台コミュニケーションセンター2階(千歳市里美2-9-2)

参加費／1回200円

問合せ／22-8669(根本)

### 森 美千代 写真展一光の偏差一

\*写真と詩集のコラボ

観覧無料。

とき／9月30日～10月5日(土)11時～18時

ところ／ギャラリー左岸 SAGAN(千歳市清水町4-19、むつみ屋内)

問合せ／23-3363

### チトセ市民芸術祭2024

①盆栽展

観覧無料。

とき／10月5日(土)10時～16時、6日(日)10時～15時

ところ／千歳市民ギャラリー展示ホール2(千歳市千代田町5-7-1)

問合せ／24-9669(寺原)

②吟道連絡会吟詠剣詩舞大会

入場無料。

とき／10月6日(日)12時30分～16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)

問合せ／28-2936(淵上)

③第27回夢の歌謡フェスティバル

入場無料。

とき／10月14日(月・祝)12時30分～15時30分

ところ／北ガス文化ホール中ホール

問合せ／23-0327(鴨林)

### ちとせモール

\*バントワリングチームLALA バトダンステージ

観覧無料。事前申込不要。

とき／10月6日(日)①14時～②16時～

ところ／ちとせモール1階センター広場(千歳市勇舞8-1-1)

問合せ／22-7355

### タオル体操&ルーシーダットン参加者募集

前半はタオル体操!後半はタイに伝わる健康体操ルーシーダットンを行います。肩首腕を中心にほぐして深呼吸できる身体を作りましょう!要事前申込。

とき／10月9日(水)10時30分～12時

ところ／コープさっぽろパセオすみよし店2階(千歳市住吉4-14-11)

参加費／1000円

持ち物／ヨガマットかなければ大きめのバスタオル、フェイスタオル、動きやすい服装で、飲み物

申込期間／10月8日(火)まで  
問合せ・申込／090-2872-6409(山内、ショートメールも可)

### 千歳市南区地域包括支援センター

\*みなカフェin千正寺

地域の方の心地よい居場所。カフェコーナーも好評!心と体と認知機能をリフレッシュ!出入り自由。参加無料。事前申込不要。

とき／10月10日(木)10時～15時

ところ／千正寺(千歳市清水町1-14)

持ち物／エコバッグ

その他／【午前】小物づくり&ふまねっとで楽しく体を動かしていきます。10時45分～北欧パンさんの出張販売。みなみ農園さんの産直もあります。【午後】クリアコート千歳さんの「すっきりクリア」

問合せ／080-6061-0697(千歳市南区地域包括支援センター)

### 千歳市老人クラブ連合会

\*第41回高齢者作品展示会

千歳市内の老人クラブ会員の作品展示。手工芸品、絵画、フラワーアレンジメント、絵手紙など約180点。観覧無料。

とき／10月10日(木)10時～16時、11日(金)10時～15時

ところ／千歳市総合福祉センター4階402号室(千歳市東雲町2-34)

問合せ／22-0103(平日9時～15時)

### 助産院はぐくみ

\*千歳恵庭地域助産師会【妊婦さん教室】

産後ケアを行っている助産師が、産後に役立つお話をします!母乳のことや赤ちゃんのお世話のポイント、ママのこころのお話など。参加無料。要事前申込。

とき／10月11日(金)10時～11時30分

ところ／助産院はぐくみ(千歳市みどり台北3-8-3)

問合せ・申込／080-3232-1624(渡部)

### キルトショップ布や

\*キルトショップ布や作品展

教室に通う生徒さんの作品を展示します。一部販売と布のセールもあります。入場無料。事前申込不要。

とき／10月11日(金)10時～17時、12日(土)10時～16時

ところ／キルトショップ布や店内(千歳市白樺2-7-4)

問合せ／28-8228

### フリーマーケット・聞こえないこと&手話を知ろう

\*聞こえないってどんなこと?手話で自己紹介 フリーマーケットで掘り出し物を探しながら、生きた手話に触れてみませんか。参加無料。事前申込不要。

とき／10月12日(土)【フリーマーケット】11時～14時、【手話】①11時15分～11時45分②12時15分～12時45分③13時15分～13時45分

ところ／千歳市社会福祉協議会2階会議室2・3(千歳市東雲町1-11)

問合せ／24-5946(川北・FAXも可)またはmiyu.1355@gmail.com

### テーブル茶道 花水木

正座なし、着物なし、和室なしの現代的な茶道です。気軽に楽しく日本文化を体験してみませんか?要事前申込。

とき／10月13日(日)14時～15時30分

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(お抹茶、お菓子代含む)

定員／4人\*定員になり次第締切

持ち物／マスク、ペン(アンケート用)

申込期間／10月10日(木)まで

問合せ・申込／090-9432-8401(川端)

### 千歳市ファミリー・サポート・センター

\*子育て応援講演会「笑顔で子育て～一緒に笑うだけで賢く優しい子どもに!」

参加無料。要事前申込。

とき／10月17日(木)10時～12時

ところ／千歳市社会福祉協議会2階会議室2・3(千歳市東雲町1-11)

対象／会員と千歳市民

定員／25人(先着順)

その他／託児あり\*5人(先着順)1歳以上

～未就園児

申込期間／10月11日(金)まで

問合せ・申込／22-8522

### サロンKALAMA(カラマ)

\*塩こうじ作り体験会

塩こうじ手作りしませんか?超簡単です。要事前申込。

とき／10月17日(木)10時30分～12時、13時～14時30分

ところ／サロンKALAMA(千歳市北光7)

参加費／1000円(ドリンク付き)

申込期間／10月14日(月・祝)まで

問合せ・申込／090-7514-1917(ショートメールのみ可)

### 第18回運動きらきら教室「足元ぐらついていませんか?」

\*転倒しない身体を足元から作る!

参加無料。要事前申込。

とき／10月19日(土)14時30分～16時\*受付14時～

ところ／高橋整形外科クリニック(千歳市千代田町7-1789-3、千歳ステーションプラザ5階メディカルスクエア)

定員／14人

問合せ・申込／24-1971(高橋整形外科クリニック)

### まちライブラリー@ちとせ

\*百人一首に興味のある人集まれ

百人一首をしてみたい方、はじめての方、経験者の方。一緒に楽しみませんか(カルタの読み上げできる方歓迎)。参加無料。事前申込不要。

とき／10月20日(日)15時～16時30分

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)

問合せ／21-8530

### 第2・3回ミナクール市民活動講座

\*市民活動に活かすLINE公式アカウント

作成から基本設定、メッセージの配信や友達を増やす方法など学びます。参加無料。要事前申込。

とき／【導入編】10月26日(土)13時30分～16時30分【運用編】11月9日(土)13時30分～16時30分

ところ／千歳市民活動交流センター「ミナクール」(千歳市千代田町5-7-1、千歳市民ギャラリー4階)

対象／【導入編】市民活動をしていて、日頃からLINEを使っている方【運用編】市民活動をしていて、LINE公式アカウントを作成済みの方

定員／【導入編】10人(先着順)【運用編】15人(先着順)

持ち物／LINEが入っているスマホ、筆記用具

講師／野崎 幸一 氏(オフィスK&C)

問合せ／24-0847(千歳市民活動交流センターミナクール)受付時間9時～20時30分\*休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌火曜日)、毎月最終金曜日

申込／ミナクールWebサイトにて

### 元NHKアナウンサーが教える磨けば伝わる!発声と話し方講座

声の出し方、呼吸の仕方、話すときの心がけなど、講師に元NHKアナウンサーの丸子美生子さんをお呼びし、実践を交えてお伝えします。参加無料。要事前申込。

とき／10月26日(土)15時～17時

ところ／千歳商工会議所2階大会議室(千歳市東雲町3-2-6)

対象／一般市民、ちとせ販売士会会員

定員／20人(先着順)

持ち物／筆記用具

申込期間／10月21日(月)まで

問合せ・申込／23-2175(千歳商工会議所総務課)またはFAX22-2122

### 千歳市立図書館

令和6年度読書週間事業・人形劇団「かざぐるま」～親子で楽しむ秋読書～。入館無料。

①ワークショップ「おおきなかぶをひっぱろう!」～ペーパーサートでオリジナルキャラクターを作って演じよう!～

参加無料。要事前申込。

とき／10月27日(日)13時45分～15時

ところ／千歳市立図書館2階会議室(千歳市真町2196-1)