

東雲町1-11)  
 問合せ / 080-6795-9994 (うえの、ショートメールも可)

**北星病院**  
 \*令和6年度第8回健康教室

「健康のためのお薬について～当院薬剤師からのお話～」参加無料。要事前申込。  
 とき / 11月28日(木) 13時～14時※開場12時30分  
 ところ / 北星病院通所リハビリセンター 2階(千歳市清流5-4-2)  
 定員 / 30人(先着順)  
 持ち物 / 雨や雪の祭は上靴をご持参ください(施設内の床が濡れてしまうため)  
 申込期限 / 11月27日(水)17時まで  
 問合せ・申込 / 24-1121(北星病院リハビリテーション科 澤野)

**ベビーマッサージ&ふれあい遊び**

赤ちゃんもママも自然と笑顔になるスキンシップを一緒に楽しみませんか。おやつ、ティータイム付。要事前申込。  
 とき / 11月29日(金) 10時30分～11時45分  
 ところ / トドックステーションパセオすみよし(千歳市住吉4-14-11)  
 参加費 / 1000円  
 対象 / 生後2ヶ月～の赤ちゃんとママ  
 持ち物 / バスタオル、赤ちゃんママの飲み物  
 申込期間 / 11月27日(水)まで  
 問合せ・申込 / 090-6627-4530(阿保、ショートメールも可)

**千歳友の会**  
 \*家計簿カフェ

家計のお話ししませんか?家計簿って何?予算って何?家計の不安や疑問を整理しませんか?(家計簿のつけ方講習会です)要事前申込。  
 とき / 11月30日(土) 10時～11時30分  
 ところ / 千歳友の会(千歳市桜木4-13-4)  
 参加費 / お茶・資料代100円  
 その他 / 託児有(保険料100円)  
 申込期間 / 11月23日(土・祝)まで  
 問合せ・申込 / 24-9078(千歳友の会)または090-2871-7728(フジタ)

**リフォームcafeSUMAI**  
 \*和洋折衷なしめ飾り作り

自然素材と華やかなアーティフィシャルフラワーを使って、和洋折衷のしめ飾りを作ります。要事前申込。  
 とき / 12月6日(金)【第1部】10時30分～12時【第2部】13時～14時30分  
 ところ / リフォームcafeSUMAI(千歳市北陽6-4-18)  
 参加費 / 2000円  
 問合せ・申込 / 090-9514-8722(南雲)

**千歳消費者協会**  
 \*牛乳・乳製品を使った料理教室

参加無料。要事前申込。  
 とき / 12月10日(火)10時～13時  
 ところ / 北ガス文化ホール2階調理室(千歳市北栄2-2-11)  
 定員 / 30人(先着順)  
 持ち物 / エプロン、三角巾  
 申込期間 / 12月3日(火)まで  
 問合せ・申込 / 24-3139(火曜日・水曜日・金曜日9時30分～15時30分)

**ファーストストーリー**  
 \*First International Meet-up#6

千歳市開催の交流イベント。いつもとは一味違ったクリスマスを楽しみませんか?当日はマジックショーもご用意しています。要事前申込。  
 とき / 12月15日(日)12時～14時※受付11時30分～  
 ところ / All day dining YonD(千歳市幸町3-16-1、ホテルクラッセステイ千歳1階)  
 参加費 / 1000円※未就学児で食事不要の場合は無料  
 申込期間 / 12月10日(火)18時まで  
 問合せ・申込 / 29-7811(倉橋)

**千歳習字教育連盟**  
 \*第52回新年かきぞめ大会

課題を手本を見ずに制限時間30分で書き上げます。後日、全作品を展示する作品展を行います。作品の表装、参加賞あり。要事前申込。  
 とき / 2025年1月12日(日)10時～11時※入場9時30分～9時50分まで  
 ところ / 千歳市開基記念総合武道館アリーナ(千歳市あずさ1-3-1)  
 参加費 / 1200円  
 持ち物 / 習字用具一式  
 申込期間 / 12月10日(火)まで  
 ※お申し込み方法など、詳しくはお問合せください。  
 問合せ / 090-2874-4483(國吉)

**恵み野北町内会ネットワーク**  
 \*第149回シネマサロン例会

①『雁』上映  
 高峰秀子生誕100年。天才子役元祖アイドルの高峰秀子円熟の名演「雁」を上映します。入場無料。事前申込不要。  
 とき / 11月16日(土)13時～15時30分  
 定員 / 20人(先着順)  
 ②シネマサロン第150回記念上映会  
 150回を記念して11時から2本立てで上映会を開きます。入場無料。要事前申込。  
 とき / 12月7日(土)11時～  
 定員 / 5人(先着順)  
 申込期間 / 11月30日(土)まで  
 ①②共通  
 ところ / 恵み野北町内会館(恵庭市恵み野北5-8-2)

その他 / マスク着用でお願いいたします。  
 問合せ・申込 / 36-4316(渡邊、FAXも可)

**うたごえサークル恵庭ともしび**

\*11月のミニうたごえ  
 秋も深まってきました。今月は、「秋のうた、色とりどり」をテーマに「秋のうた」を、みんなで歌いましょう。初めての方もお気軽に!参加無料。事前申込不要。  
 とき / 11月21日(木)13時30分～14時40分  
 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)  
 持ち物 / スリッパ、飲み物  
 その他 / なお、会員も募集しています。一緒に活動しませんか?  
 問合せ / 37-6255(ツボマツ)

**Do! Kids Lab**  
 \*小中学生向けゲームプログラミング無料体験会

プログラミングでゲームを作ってみよう!無料授業体験会です。キッズスペースあり。参加無料。要事前申込。  
 とき / 11月23日(土・祝)、24日(日)、12月1日(日)9時30分～18時※各回1時間30分  
 ところ / Do! Kids Lab恵み野本校(恵庭市恵み野西1-25-3)  
 対象 / 小学1年生～中学3年生  
 申込方法 / 無料体験予約ページから、もしくはお電話でもお申し込みいただけます。  
 問合せ・申込 / 090-6695-6748(鷺尾)

**島松老人クラブ手作り作品展**

一部販売も致します。ご来場の方には手作り小物プレゼントと野菜の詰め合わせのお土産も用意しております。入場無料。  
 とき / 11月23日(土・祝)・24日(日)10時～15時  
 ところ / 下島松会館(恵庭市下島松394-2)  
 問合せ / 090-1383-1923(遠藤)または090-6872-8162(水野)

**恵庭オーキッド倶楽部**  
 \*「秋の洋らんフェスタ2024」

会員が育成した洋らん約60鉢の展示を行います。栽培相談、鉢替えサービス(資材代有料)、業者による洋ランの販売を実施します。入場無料。  
 とき / 11月23日(土・祝)10時～17時、24日(日)10時～16時  
 ところ / フレスポ恵み野催事スペース(恵庭市恵み野里美2-15)  
 問合せ / 080-2870-8712(山内)

**リンパと腸マッサージのサロンアイス**

\*楽しく腸ケア!えにわ腸整サークル  
 腸のお話から自宅でできる腸マッサージや腸ケア体操を楽しく行

います。年齢は問いません。元気な腸で健康な身体づくりを目指しましょう!要事前申込。  
 とき / 11月25日(月)14時30分～16時  
 ところ / 恵み野北会館(恵庭市恵み野北5-8-2)  
 参加費 / 1000円  
 定員 / 10人(先着順)  
 持ち物 / ヨガマット(なければ大きいバスタオル)、飲み物、動きやすい服装(ウエストが緩いズボン)  
 問合せ / 090-5220-9581(桑田、ショートメールのみ可)  
 申込 / lymphacaresaloniz@gmail.com

**恵庭市民吹奏楽団第39回定期演奏会**

今年も定期演奏会を開催いたします。団員一同心よりご来場お待ちしております。  
 とき / 12月1日(日)13時30分開場、14時開演  
 ところ / 恵庭市民会館大ホール(恵庭市新町10)  
 入場料 / 500円※小学生以下無料  
 チケット販売店 / たけやま書店、夢創館、恵庭市民会館  
 その他 / 第1部ではアルヴァマー序曲、フニクリ・フニクラ、吹奏楽のための第1組曲、第2部では演歌メドレー、セプテンバー、クリスマスソング等楽しめる選曲を準備しています。団員一同心よりご来場お待ちしております。  
 問合せ / 090-1386-4685(半澤)

**恵庭市生涯学習施設かしわのもり**

\*かしわのもりクリスマスコンサート  
 クリスマスをテーマにした制作をしたり、ハッピースマイルさんの素敵な音楽を聴きながら、歌ったり踊ったり楽しみましょう。参加無料。事前申込不要。  
 とき / 12月8日(日)10時～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)  
 問合せ / 33-7171

**日帰りバスツアー**  
 ■最少催行:15名 ■添乗員・ガイド:なし(同行も有) 千歳・恵庭 発着  
 千歳営業所(流通3丁目3-12) 駐車場スペース有 利用バス:つたいバス

<p><b>小樽 青塚食堂で昼食</b>  <b>運河周辺ゆっくりに自由散策</b>  <b>新南樽市場</b></p> <p>出発日 <b>12/1日</b> 日帰り</p> <p>集合場所 ▶ 千歳営業所、恵庭駅東口        発着 ▶ 1層付(北海岸 舟立)から5-11と庄布の甘藷園        出発 ▶ 千歳 9:50、恵庭 9:30        帰着 ▶ 千歳 16:00、千歳 16:30</p> <p>1</p>	<p><b>煌めく札幌</b>  <b>夜景 もいわ山ロープウェイ</b>  <b>エモンベン・クリスマス市&amp;サッポロファクトリー</b>  <b>漁港直送 牡蠣三味ランチ</b></p> <p>出発日 <b>11/25日</b> 日帰り</p> <p>集合場所 ▶ 千歳営業所、恵庭駅東口        発着 ▶ 1層付(お祭り会場)で各自        出発 ▶ 千歳 9:50、恵庭 10:30        帰着 ▶ 恵庭 19:00、千歳 19:30頃</p> <p>2</p>
<p><b>当別 ロイズ工場見学</b>  <b>カカオ&amp;チョコレートタウン</b> (入場料込)</p> <p>出発日 <b>3/22日</b> 日帰り</p> <p>集合場所 ▶ 千歳営業所、恵庭駅東口        発着 ▶ 1層付(リストラテック)長沼店        出発 ▶ 千歳 10:00、恵庭 10:40        帰着 ▶ 恵庭 17:00、千歳 17:30</p> <p>3</p>	<p><b>くりやま老舗まつり2025</b>  <b>栗山町開拓記念館</b> (入場料込)  <b>坂本九思い出記念館</b></p> <p>出発日 <b>4/12日</b> 日帰り</p> <p>集合場所 ▶ 千歳営業所、恵庭駅東口        発着 ▶ 千歳 9:20、恵庭 10:00        帰着 ▶ 恵庭 15:30、千歳 16:00</p> <p>4</p>
<p><b>静内二十間道路桜並木道の駅 新冠・むかわ</b></p> <p>出発日 <b>4/29日</b> 火・水 <b>8,550円</b> 日帰り</p> <p>集合場所 ▶ 千歳営業所、恵庭駅東口        発着 ▶ 1層付(お弁当予定)        出発 ▶ 千歳 9:20、恵庭 10:00        帰着 ▶ 恵庭 15:30頃、千歳 16:00頃</p> <p>5</p>	

旅行企画・実施 **コパレィーリスト** 北海道知事登録旅行業第2-583号  
 お申し込み・お問い合わせ **0155-24-2414** つたいバス / 大型バス貸切OK  
 帯広市西1条南2丁目1番地 平日 10～12時/13～15時・土 10～14時 (日・祝休)  
 ※契約成立後お客様都合によるお取り消しは、弊社の規定により所定の取消料がかかります。  
 ※詳しくは旅行条件書をご確認ください。※全て税込です。※イラストはイメージです。