

ところ／緑と語らいの広場えにあす会議室2

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※初回無料

持ち物／裸足になれるジャージなどの動きやすい服装、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

### シーニックナイトチャリティーヨガ

幻想的で美しいキャンドルを眺めながら、ヨガレッスンを楽しめます。お金は経費を除き、全額を恵庭市社会福祉協議会に寄付します。要事前申込。

とき／2月1日(土)19時～20時20分※受付18時45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)

定員／10人

参加費／1000円

持ち物／ヨガマット、タオル、動きやすい服装

その他／スノー・アイスカンドルを作成された方は無料で参加できます。受付時にお知らせください。

問合せ・申込／080-4048-1969(斉藤、ショートメッセージも可)

### 幼稚舎えるむ

※節分の集い

園のお友だちと「節分の集い」に参加しませんか?みんなで豆まきをして、鬼を追い払おう。ぜひご参加ください。参加無料。要事前申込。

とき／2月3日(月)10時～11時  
ところ／幼稚舎えるむ(恵庭市黄金北4-7-8)

申込期間／2月1日(土)まで

問合せ・申込／33-0010

### えにわ市民プラザ・アイル

①銀時薬膳堂「体質診断・各リフレクソロジー・薬膳茶」

※新登場!ミルクティーの薬膳茶

中医学に基づく体質診断、反射区に沿ったハンドリフレクソロジー、坐位でのドライヘッドスパとデコルテマッサージ。要事前申込。

とき／2月4日(火)13時～16時  
参加費／【3種類の薬膳茶+ミルクティー】各150円、【ハンドマッサージ・体質診断】各1000円、【ド

ライヘッドスパ・デコルテマッサージ】各500円

定員／10人

申込期間／2月3日(月)まで

②心を癒す筆文字アート～なお～

見学・体験希望の方は、気軽に手ぶらでお越しください。要事前申込。

とき／2月8日(土)13時～15時

参加費／500円

定員／8人

持ち物／絵の具、毛筆ペン(中字)、水筆、パレット、落書き帳※こちらにも用意がありますが道具をお持ちの方はお持ちください。

講師／なお氏

③洋服のお直し相談会

主に婦人服のリフォーム。ズボンやスカートの裾上げ、ファスナー直し、ボタンの付け替えなど。できる範囲でお直しいたします。事前申込不要。

とき／2月8日(土)13時～15時

費用／500円～

担当／田中礼子氏

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～16時

問合せ・申込／39-3355

### 千歳恵庭【人狼】普及委員会

※心理トークゲーム『人狼』ver 恵庭45

カードで人と狼の役を決め、話し合いで狼役を見破るゲームです。質問タイムも取るので、初めての方も気軽にお越しください!要事前申込。

とき／2月6日(木)19時～22時

ところ／緑と語らいの広場えにあす2階会議室8-1(恵庭市緑町2-1-1)

対象／高校生を除く18歳以上

参加費／500円※初参加の方は無料

問合せ・申込／090-7250-4302(野原)または noppara.k.0714@gmail.com

### Hummingle ～はみんぐる～

※1回参加型で気軽に体験!英語&ミニ運動会

①英語を使った遊び体験②「ミニ運動会」知力と体力を使って全力で遊んでみよう!要事前申込。

とき／2月9日(日)①11時15分～12時15分②13時30分～15時30分

ところ／恵庭市はなふるセンター

ハウス1階(恵庭市南島松828-3)  
対象／①英語を習ったことが無い未就学児&小学生②未就学児～小学生

参加費／①1000円②500円

定員／①6人②10人※どちらも定員に達し次第締め切り

持ち物／②は外で遊べる暖かい格好、室内で遊んで汚れても良い服装、タオル、飲み物

その他／未就学児は保護者の付き添い必須。悪天候の場合、室内開催  
問合せ・申込／090-9604-2912(平日9時～16時)または info@hummingle.jp

### 歴史を楽しもう会恵庭

※昭和史学習セミナー

戦後の昭和から現代に至るまでの歴史的出来事や生活、文化などを私たちの経験や思い出も交えて学習していきます。参加無料。要事前申込。

とき／2月9日(日)12時～15時

ところ／まちスポ恵み野(恵庭市恵み野里美2-15)※フレスポ恵み野内

持ち物／筆記用具

申込期間／2月7日(金)まで※ショートメールにてご連絡ください。

問合せ・申込／080-6461-0020

### 恵庭ふぁみぼ!こどもとたのしむボードゲーム会

子供向けパーティーゲームから本格ドイツゲーム、世界のボードゲーム、カードゲームを家族で遊んでみませんか?入退室自由。参加無料。事前申込不要。

とき／2月9日(日)13時～16時

ところ／緑と語らいの広場えにあす1階会議室2(恵庭市緑町2-1-1)

対象／4歳～中学生までのお子様と保護者(10歳未満保護者同伴必須)

定員／4家族20人程度

問合せ／eniwafamibo@gmail.com

### 未来の会 例会参加者募集

不登校やひきこもりのお子さんを持つ親御さんのための情報交換と雑談が中心の会。発言自由。聞いただけでも大丈夫です。事前申込不要。

とき／【夜例会】2月10日(月)18時30分～21時【昼例会】2月

28日(金)10時～14時

ところ／恵庭市福祉会館2階(恵庭市末広町124)

参加費／300円

問合せ／090-1305-0950(村田)

### 子ども体力向上プロジェクト

※キッズ体力向上プロジェクトver.ちとせ～冬の運動不足解消～

跳んだり走ったり転がったり、サーキット運動・かけっこ・ボール系・鉄棒など、おもいっきり体を動かそう!要事前申込。

とき／2月16日(日)①10時～11時②11時30分～12時30分

ところ／恵庭市立恵み野旭小学校(恵庭市恵み野北4-1-1)

参加費／700円

対象／①幼児年少～年長②1年生～3年生

定員／各50人

その他／※どの地域からでも参加可。必ず引率ください。

申込方法／下記アドレスあてに「2月16日申し込み」とメール。事務局から3日以内に申込専用フォームを返信しますので、そちらからお申込ください。

問合せ／090-2815-8899(遠藤)※平日14時～17時

申込／genki\_eniwa@yahoo.co.jp

### 恵庭市白雪会

※ひとり親世帯座談会～母子・父子および寡婦福祉制度について～

雑談とともに福祉制度を知りましょう。ひとり親世帯だけでなく関心のある方ならどなたでも参加可。参加無料。要事前申込。

とき／2月16日(日)10時30分～12時

ところ／恵庭市福祉会館(恵庭市末広町124)

申込期間／2月12日(水)まで

問合せ・申込／090-6266-3826

漢字読みクイズ

問題

野菜編

NO.7

普段ひらがなやカタカナでしか見かけない食べ物の名前にも実は漢字があった!? みんなは何問わかるかな?

問題1 瓢箪

ヒント:縁起が良く、お守りや魔除けにも

問題2 山葵

ヒント:子どもにはちょっと早いかも?

問題3 縞綱麻

ヒント:「王様の野菜」とも呼ばれている

問題4 蚕豆

ヒント:巨大なえだまめ

問題5 糸瓜

ヒント:沖縄県では夏野菜とされる

答えは… 来週までのお楽しみ