2024年3月末発行　第48号

恵庭市市民活動センター情報 4月

City ENIWA civic activity center information

えにわ知恵ネット

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止・延期となることがあります。
詳しくは各主催者にご確認ください。イベント情報は、えにわ知恵ネットに掲載しています。

情報に関するお問合せは恵庭市市民活動センター（☎34－7000）まで。

情報掲載希望の方は毎月5日までにメールまたはFAXでお送りください

【FAX】☎34－7008【メール】info@eniwachienet.jp

※掲載は無料です。※情報掲載には審査があります。※掲載の可否についてのお問合せには回答できません。

記号について　日 日時　所 会場　内 内容　対 対象　定 定員　講 講師　費 参加費　持 持ち物　方 申込方法　限 申込期限　他 その他　問 問合せ先　申 申込先

行　事　の　お　知　ら　せ

■ヨガセラピー

①シニアヨガ

日 4月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)10時～11時10分
所 えにあす　会議室8
内 膝や腰に不調のある方、体力に自信のない方でも椅子やタオルを使って無理のない範囲で身体を動かし、体力の維持・向上を目指しましょう。
対 60才以上の方（男性もご参加いただけます）

②やさしい椅子ヨガ

日 4月6日(土)、20日(土)10時30分～11時40分
所 えにあす　会議室2
内 きついポーズや激しい動きはありません。ヨガが初めての方や運動が苦手な方、心身に不調のある方でもご参加頂ける椅子に座って行うヨガです。
対 どなたでも（男性もご参加いただけます）

③乳がん経験者のためのヨガ

日 4月13日(土)、27日(土)10時30分～11時55分
所 えにあす　会議室2
内 無理のない範囲で少しずつ身体をほぐし、心にも優しい時間を過ごしましょう。
対 乳がん患者さん・その家族、友人等（乳がん以外のがん患者さんもご参加頂けますが女性限定）

≪共通≫

費 900円（初回体験無料・回数券購入で800円）
持 裸足になれる動きやすい服装、あればヨガマット（無料貸出あり）、長めのタオル、飲み物
方 電話、メール、ブログからメッセージ
限 前日まで
問・申 一般社団法人日本ヨガメディカル協会　認定ヨガセラピスト　吉田直子（☎090-1641-6933／メール：breath.eniwa@gmail.com／https://ameblo.jp/breath-eniwa）

■スクエアダンス初心者無料講習会

日 4月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)10時～11時30分
所 桜町会館
内 世界中で踊られているアメリカンスクエアダンスを初歩から1か月間無料講習します。
費 無料
持 上靴、飲料水、動きやすい服装
方 直接会場へ
問 グレイスヤード　石原（☎36-3671）

■恵み野囲碁　4月大会

対局中はマスク使用を推奨！！今年度は対局マナー向上…棋力UP！！何時ものとおり、囲碁の成績は知恵ネットで！！

日 4月6日(土)12時30分～17時
所 恵み野会館
内 4局対局 A・Bグループ分けは当分しません（対局人員による）。1～5位＆残念賞を用意！持ち時間：一人30分（対局時計使用）棋力は会規約によります。
対 どなたでも
定 50人
費 500円（会場費・景品代他）
持 マスク（個人マターだが使用を推奨）・（窓半開　換気の為）※感染対策やっています
方 直接会場へ（時間厳守）
他 自宅で検温・新型コロナウイルスの関係で休止も在ります
問 会長：須田（☎090-1307-3141）

■4月例会

不登校などの子供と共に歩む会「未来の会」

日 4月8日(月)18時30分～21時、4月26日(金)10時～14時
所 福祉会館
内 不登校・ひきこもりについて、一緒に考え学びあう親の会
費 300円
問 今井（☎33-9513）

■玉ちゃん愛好会

玉すだれの会　会員募集しています！

日 4月10日(水)、24日(水)10時～12時
所 恵み野憩の家
内 伝統芸能の南京玉すだれ、銭太鼓
対 どなたでも
費 月額500円
問 山岡（☎33-3023）

■恵庭今館おはなし広場

日 ①4月10日(水)15時～15時40分　②4月11日(木)11時～11時40分
所 えにあす　①えほんハウス②会議室4
内 乳幼児を対象とした絵本の読み聞かせを行います
定 各10人（先着順）
費 無料
方 直接会場へ
他 【出演者】①ストーリーショップ②読み聞かせの会「知恵袋」
問 図書館恵庭分館（☎34-8164）

■歩くまでの発達講座

日 4月13日(土)、27日(土)10時～11時30分
所 えにあす　会議室1
内 栄養、睡眠、運動などの育児の悩みを赤ちゃんの運動発達を学びながら解決しませんか？
対 歩くまでのお子さんと保護者の方
定 5人（申込順）
講 髙橋 真実
費 無料
問・申 髙橋 真実（☎090-9087-1464/公式LINE：@689hsuoc/メール：jetkitchen0307@gmail.com）

■恵み野北町内会ネットワーク夢　主催イベント

①第142回シネマサロン例会

日 4月13日(土)13時～
内 80数年前大活躍した競馬シービスケットをモデルにシャーリー・テンプルが熱演する「シービスケット」物語（1949・米国）を上映
定 20人（先着順）

②能登半島地震復興支援チャリティー（5月10日(金)18時30分夢創館）開催に伴う「第3回フィルムコンサート」

日 4月20日(土)13時～
内 当日どんなバンドが登場するか、お楽しみに
定 30人（先着順）

≪共通≫

所 恵み野北会館
費 入場無料
持 マスク着用
問 ネットワーク夢　渡邉（☎36-4316）

■えにわフットパス愛好会　令和6年度入会者説明会のご案内

令和6年度新会員を募集します！花・川・緑や文化・歴史的施設を巡る7km前後のウォーキングを一緒に楽しみませんか。

日 4月13日(土)14時～15時30分
所 えにあす　会議室8-2、8-3
内 (1)入会者説明会①えにわフットパス愛好会の紹介（活動状況を動画説明）②令和6年度事業報告等
(2)令和6年度総会①令和5年度事業報告、会計決算報告等　②令和6年度事業報告、会計予算報告等
費 参加費無料、年会費1,000円（会場で徴収）
方 電話
限 会員以外の方は4月9日(火)まで
問・申 会長：前田　孝雄（☎090-9529-4829）／事務局長：加藤　素己（☎090-3019-9892）

■NPO法人おはな

①がんサロンおはな

【がん患者家族遺族会】
日 4月17日(水)10時～11時30分
所 えにあす　会議室5
内 患者さんやその家族、遺族など同じ立場の人が、お互いの悩みや不安を共有し、情報交換する場です。がん患者さんをサポートするための様々な事業をみんなで考えます。秘密厳守、安心してご参加ください。ホームページ、ショートメール、SNSからお気軽にお問い合わせください。
対 がん患者さん家族遺族など（がん種問わず、どちらの市町村からも参加可能）
方 直接会場へ（出入り自由）
他 北海道がん対策基金助成金事業
※4月2日(火)9時40分（毎月第1火曜日）から、いーにわラジオ「がん予防啓発ラジオ」放送はじまります。

②依存症家族会

日 4月27日(土)14時～16時
所 市内（参加申し込みの際にお知らせいたします）
内 依存症問題に悩む家族の会。同じ問題で「悩み」「苦しみ」自分ではどうにもならなくなり、ここへだどり着いた人たちばかりです。スタッフ、参加者は、話された内容は勿論のこと、参加されたこと自体もお互いに秘密は守ることになっています。当日は、アノニマスネーム（匿名）でご参加いただきます。毎月1回市内開催、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。
対 依存症に悩む家族（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）
方 電話、公式LINE
他 共催：北海道依存症者を抱える家族の会　会長 稲葉圭昭

③居場所づくり「ふれあいサロンおはな」

日 4月27日(土)18時～20時
所 えにあす　会議室1
内 気軽に立ち寄ることが出来、自由な時間を過ごせる場所。ポツと愚痴をこぼしたり、おしゃべりすることで、元気をとりもどしたり…様々なご相談お受けしています。当法人メンバーとえにわ地域サポーターがお話をお聴きしています。
対 どなたでも（子どもから大人まで、どちらの市町村からも参加可能）
方 直接会場へ（出入り自由）

≪共通≫

費 無料
問・申 NPO法人おはな　石上（☎080-4044-8313／メール：npoohana13@gmail.com／公式LINE「NPO法人おはな」）

■歩々歩こう会

初心者の方でも気楽に楽しく歩けます♪

日 4月20日(土)9時30分集合（小雨決行）
所 集合場所：恵庭駅東口
内 新カリンバの道（6.0km）
対 どなたでも
費 200円（保険料含）
持 タオル、水、帽子
問 山岡（☎33-3023）

■どっかーん！ロケット発射！こいのぼり工作

日 4月21日(日)10時～15時50分
所 まちづくりスポット恵み野
内 こいのぼりのおもちゃを作りませんか？製作後はお菓子すくいや写真撮影をして楽しもう！
対 0歳～小学生（未就学児は保護者同伴）
定 各回15人（申込順）

費 100円(1人につき)
持 特にありませんが、汚れてもいい服装でお越しください。
申 専用申込フォーム
限 4月20日(土)
他 12時～13時を除く、各回50分毎の入れ替え制
問 NPO 法人まちづくりスポット恵み野(☎39-2232)
申 申込フォーム：https://forms.gle/aMP8tJJCWFNUnGsF9

■恵庭寿釣友会

令和 6 年投げ釣り大会日程・開催場所(予定) 会員募集中！

日 4月21日(日)、5月12日(日)、6月2日(日)、7月7日(日)、10月6日(日)、10月27日(日)、11月17日(日)※土曜日の夜に出発
内

日程	開催予定場所	
4/21(日)	平田内～上浦漁港	日本海
5/12(日)	第2栄浜漁港～瀬棚漁港	
6/2(日)	寿都漁港～第2栄浜漁港	
7/7(日)	庶野漁港～目黒漁港	太平洋
10/6(日)	様似漁港～襟裳岬港	
10/27(日)	三石～シャクナゲ公園	
11/17(日)	静内川～白泉	

対 投げ釣りの好きな人・女性、釣りガールも大歓迎です。大自然のなかで投げ釣り(海の磯釣り)を楽しみましょう。体験参加もOKです。
他 参加料(バス代)、申込方法、持ち物、定例会等の詳細はお問合せ下さい。定例会は、釣り大会が開催される週の月曜日に情報交換。例:4月21日(日)大会は、4月15日(月)19時より島松寿会館で予定)
問・申 松塚(☎080-1885-0970)

■恵庭おもちゃクリニック

日 4月22日(月)9時30分～12時
所 生涯学習施設 かしわのもり
内 おもちゃを直します。部品交換が必要なときは、部品代負担となることがあります。その場で直らないものは、翌月の第4月曜午前同一会場返却となります。交換する部品が購入困難で修理出来ないこともあります。販売店・メーカーの保証期間内の物、貴重品・骨董品・コレクション品、自転車・モデルガン等安全性に関わるものは受付不可。
費 原則無料(交換部品は有料)
持 おもちゃ本体付属品(壊ればずれた部品、取扱い説明書、入っていた箱もあれば)
申 直接会場へ
問 村本(☎090-7058-6996)

■恵庭囲碁大会

日 4月28日(日)12時30分～(受付開始12時)
所 碁席えにわ
費 参加費1,200円
問 小崎(☎33-5283)

えにわ市民プラザ・アイル イベント情報

所 恵庭市本町110 NPO法人えにわ市民プラザ・アイル 他 [営業時間]10時～17時 [休業日]日曜・祝日・4月30日(火)棚卸し 問・申 ☎39-3355

■薬膳スィーツと薬膳茶で心と体を笑顔に

体質診断・ハンドマッサージも承ります(要予約)
日 4月10日(水)13時～15時30分
内 体が喜ぶ薬膳スィーツを薬膳茶とセットで提供。薬膳茶のみで150円。
対 どなたでも
定 10人(申込順)
講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂 和漢薬膳師・登録販売者・ハンドリフレクソロジスト)
費 各500円
方 電話(要予約)
限 前日まで

■フットケア体験

足もとから美容と健康を考える(足のお悩み相談)
日 4月9日(火)10時15分～16時
内 ①爪切り(巻き爪、肥厚爪などでもOK)②角質ケア(タコ・ウオノメのケアなど時間内でケアします)③ひざ下オイルマッサージ
対 どなたでも
定 4人(申込順)
講 Kayo さん(フットケアセラピスト)
費 各2,500円(45分)
方 電話(要予約)
限 前日まで
他 素足になれる服装でお越しください。傷のある方、足の血流の悪い方のケアはできない場合があります。

■池田玲子先生のコミュニティーレストラン

日 4月15日(月)10時30分～13時
内 メニュー(春キャベツのメンチカツ・炒り豆腐・ひじきの煮物・大根のセンチェ)
対 どなたでも
定 10人(申込順)
講 池田 玲子さん
費 600円
持 マスク、エプロン、頭巾、フキン
方 電話(要予約)
限 定員になり次第

■新企画「鍼灸師が教えるお灸～耳ツボ教室」

日 4月17日(水)10時30分～11時30分
内 初心者の方にも、丁寧にお伝えいたします。
対 どなたでも
定 4人(申込順)
講 野原 めぐみさん(ナツメ堂鍼灸院)
費 2,000円
持 なし
方 電話(要予約)
限 4月13日(土)まで予約受け付けます

■タロット占い

タロットカード・西洋占星術・手相の3つの占術で占います
日 4月17日(水)13時～16時30分
内 占いは自分を知るための最強のアイテム
対 どなたでも
定 7人(申込順)
講 山田 小百合さん
費 1,500円(20分)
方 電話(要予約)
限 前日まで

■アクセサリーのメンテナンス

日 4月20日(土)13時～15時
内 真珠のネックレスの糸替え・宝石などの洗浄・指輪のサイズ直し
対 どなたでも
定 5人(申込順)
講 吉田さん
費 500円～
方 電話(要予約)
限 前日まで

■パワーストーンブレスレットの浄化とゴム交換

日 4月20日(土)13時～15時
内 家で眠っているパワーストーンブレスレット等、浄化とゴム交換を100円で致します。しばらく身に着けていないものでもキレイにしてあげましょう。※お預かりも承ります
対 どなたでも
定 5人(先着順)
講 Cait・Sith 青木さん
費 100円～
方 電話(要予約)
限 前日まで

■体質診断・ハンドマッサージ・薬膳茶でリラックス

春を健やかに過ごせるよう、体を整えていきましょう
日 4月23日(火)12時～15時30分
内 ハンドマッサージ・中医学に基く体質診断・4種の選べる薬膳茶 ※薬膳茶のみでも150円で提供
対 どなたでも
定 6人(申込順)
講 池端 芳江さん(銀時薬膳堂 和漢薬膳師・登録販売者・ハンドリフレクソロジスト)
費 各500円
方 電話(要予約)
限 前日まで

■スマホのギモン解決！相談会

個別でスマホの困った！を解決しましょう
日 4月24日(水)13時～15時
内 お店のアプリやQRコード読み取り、LINEの使い方などをお手伝いいたします。
対 どなたでも
定 4人(申込順)
講 上野 かおりさん(デジタル推進員)
費 500円(30分)
持 ご自身のスマホやタブレット。筆記用具。
方 電話(要予約)
限 前日まで

令和6年度 恵庭市まちづくりチャレンジ協働事業

市民活動団体等が行うまちづくり事業に対し、補助する制度です。
あなたもまちづくりに参加してみませんか？

まちづくりチャレンジ協働事業
市民団体の創意と工夫で行政と協働のまちづくりにチャレンジ！
1次募集▶4月5日まで
2次募集▶5月10日まで
3次募集▶10月4日まで

学生版 まちづくりチャレンジ協働事業
学生の皆さんが社会や地域に貢献する事業を応援！
募集▶12月13日まで随時受付

●●●●●令和6年度募集期間●●●●●
―募集開始(共通)―
令和6年3月21日(木)

問合せ・応募先
〒061-1442 恵庭市緑町2丁目1-1
えにあす内 恵庭市市民活動センター運営協議会
☎ 0123-34-7000
FAX 0123-34-7008
https://www.eniwachienet.jp/
info@eniwachienet.jp

恵庭市市民活動センター情報配置場所
・えにあす・市役所・島松支所・恵み野出張所・中恵庭簡易郵便局・図書館本館・図書館島松分館・島松公民館・かしわのもり・郷土資料館・夢創館・総合体育館・島松体育館・福住屋内運動広場・桜町会館・大町会館・東恵庭会館・柏陽会館・寿町会館・和光会館・恵み野会館・北栄会館・中島会館・有明会館・いくみ会館・市民会館・黄金ふれあいセンター・えにわ市民プラザ・アイル・恵庭駅・恵み野駅・島松駅・恵庭市社会福祉協議会・フレスポ恵み野・まちスポ恵み野・かのな・センターハウス