３月　アイル イベントカレンダー　2025

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
休業日		フットケア 10:15～16		絵手紙 13～15	あみもの 11～15	筆文字アート 13～15 洋服お直し相談 13～15
9	10	11	12	13	14	15
休業日	コミレス 10:30～13:30	薬膳茶 &マッサージ 13～16	タロット占い 13～16	絵手紙 13～15	あみもの 11～15	パワーストーン 13～16 アクセサリーメンテ 13～15
16	17	18	19	20	21	22
休業日	スマホの相談会 13～16			休業日 （春分の日）	あみもの 11～15	映画上映会 18～20
23	24	25	26	27	28	29
休業日			薬膳スイーツ &マッサージ 13～16	絵手紙 13～15	あみもの 11～15	
30	31					
休業日	休業日 （棚卸し）					

あいるつうしん雑記帳３月号　『暗闇で女神』

外はもう春なのに、大切な日曜日をデジタル機器に奪われています。朝、輝くお日様に手を振ってご挨拶したのに、「バレンタインご褒美チョコ」のウキウキ気分がどこへやら？気が付けば夕飯の支度が間に合いません！

というのは、家計の収支確認中、電子機器に関する支払いが重複していたので、音声ガイダンスに従って自分で機器を操作して解約しようと思ったらなかなか難しく大苦戦。iPad とスマホ・パソコンでメールアドレスやＩＤ・アカウント・パスワードがばらばら。家族との共有でさらに複雑になっていたのです。

疲れ果てサポートセンターに直接☎で相談しました。するとちゃんと人間の声が対応してくれ、自分では使用していない古いアドレスがまだ生きている事を知らされてビックリ、即解決。この時、人の声には温かみがあると感じました。それは心と心がしゃべっているからなのですね。ホッとして美味しい夕食となりました。

事務局スタッフ　きむちゃん

NPO 法人　えにわ市民プラザ・アイル　2025年
アイル通信
3月号

令和７年３月
第206号
編集・発行「アイル」

アイルは市民活動の「小さな拠点」です。

NPO 法人　えにわ市民プラザ・アイルは、市民活動を応援するために、市民ボランティアが運営しています。
多くの市民の皆様のご来場をお待ちしています‼

アイル●えにわ 市民プラザ
ENIWA CITIZEN PLAZA

令和７年度 アイル会員登録スタート

日頃よりアイルにご理解、ご協力頂きありがとうございます。
令和７年度になるにあたり、アイル会員の登録・更新が
３月１日より始まります。　**年会費　1,200 円**

NPO 法人えにわ市民プラザ アイルの活動目的に賛同した人たちが
共にその目的に向かって進むための活動費となります。
市民の健康を考え、居場所づくり、介護保険対象外の困りごと相談支援。
子どもの基本的な生活習慣の習得や学習支援、食事の提供などを行い
地域との居場所づくりを進めている「あすなろカレッジ」事業など、
社会貢献活動を行っております。

＊お飲物券 300 円分プレゼント
＊利用料の割引などの特典もあります

会員登録はアイルの受付にて
お願いいたします。

CINEMA

上映 /『ハウス・バウンド』 ～だから映画はやめられない～

とき / 3 月 22 日（土）18 時～ 20 時（上映時間 107 分）費用 / 無料　定員 /25 名
年　制作 /2014 年　ニュージーランド　　監督 / ジェラルド・ジョンストーン
出演 / リマ・デ・ウィアタ、モルガナ・オライリー
内容 / 疎遠の娘が罪を犯し、保護観察 8 か月で実家へ。そこで次々起こる異変。
　　映画のジャンル判別不能。観て楽しんで判断するのはア・ナ・タ！
解説 / Eniwa の映画小僧ヒロさん

令和７年度アイル会員募集
３月１日開始です。

～令和７年度　年会費　1,200 円～
＊お飲物券 300 円分プレゼント
＊利用料の割引などの特典もあります

NPO 法人 えにわ市民プラザ・アイル
恵庭市本町１１０番地
TEL 0123-39-3355　FAX0123-39-3356
定休日　日曜・祝日

アイルの開館時間
11 月～３月末まで開館時間 10 時～ 16 時

◆えにわ市民プラザ・アイル　2025 年 3 月の行事予定◆

＊開館時間／ 10 時～ 16 時（11 月～ 3 月末まで閉館時間が 16 時までになります。）
＊休館日／日曜、祝日、棚卸 3/31（金）
＊料金や内容についてのお問い合わせは、えにわ市民プラザ・アイル　0123-39-3355 へ

催し

① フットケア体験～足元から美容と健康を考える（足のお悩み何でも相談）

とき / 3 月 4 日（火）10 時 15 分～ 16 時
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。　※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。
定員 / 6 名　費用 / 各 2,500 円（45 分）　講師 /Kayo さん（フットケアセラピスト）

② 心を癒す筆文字アート ～なお～

とき / 3 月 8 日（土）13 時～ 15 時
内容 / 見学・体験希望の方は、気軽に手ぶらでお越しください。
持物 / 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、お道具をお持ちの方は、ぜひ使い慣れたものをお持ちください）
費用 /500 円　定員 / 8 名（要予約）　講師 / なおさん

③ 洋服のお直し相談会

とき / 3 月 8 日（土）13 時～ 15 時（毎月第 2 土曜日を予定しています）
内容 / 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。　費用 /500 円～　担当 / 田中礼子さん

④ 池田玲子先生のコミュニティレストラン ♥みんなで楽しく作って、美味しく食べましょう

とき / 3 月 10 日（月）10 時 30 分～ 13 時 30 分
内容 / かに玉、ジャガイモのバター煮、煎り豆腐
会費 / 600 円（コーヒー別）　定員 10 名（要予約）　持物 / エプロン・頭巾・フキン・マスク

⑤ 銀時薬膳堂「心と体を癒すひと時」

～選べる薬膳茶と体質診断、ハンドリフレ、ドライヘッドスパ、デコルテマッサージ～

とき /3 月 11 日（火）13 時～ 16 時
内容 / 中医学に基づく診断で、体質に見合った食の提案をします。大人気の各リフレクソロジーは
　　お早めにご予約下さい。
参加費 / 3 種類の薬膳茶＋ミルクティー（各 150 円　定員 /14 名）
☆ハンドマッサージ・体質診断（各 1,000 円）　☆ドライヘッドスパ・デコルテマッサージ（各 500 円）
定員 /6 名（早めにご予約下さい）
講師 / 池端芳江（和漢薬膳師・ハンドリフレクソロジスト・ドライヘッドスパアドバイザー）

⑥ 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～

とき / 3 月 12 日（水）13 時～ 16 時
内容 / 占いは自分を知るための最強のアイテム。
定員 / 6 名（お一人様 20 分　要予約）　費用 /2,000 円　講師 / 山田小百合さん

⑦ パワーストーンブレスレットの浄化とゴム交換

とき / 3 月 15 日（土）13 時～ 16 時　費用 / 100 円～
内容 / 家で眠っているパワーストーンのブレスレットなどのゴム交換と浄化をします。
　　しばらく身に着けていない物でもキレイにしてあげましょう。※お預かりも承ります
定員 / 7 名（申込順・要予約）　講師 /Cait・Sith 青木さん

⑧ アクセサリーのメンテナンス

とき / 3 月 15 日（土）13 時～ 15 時
内容 / 真珠のネックレスの糸替え・宝石などの洗浄。金具の交換。
定員 / 5 名（要予約）　参加費 /500 円～　講師 / 吉田さん

⑨「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～

とき / 3 月 17 日（月）13 時～ 16 時
内容 / 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。
定員 / 6 名（申込順）　講師 / 上野かおりさん（デジタル庁認定デジタル推進委員）
参加費 / 500 円（30 分）　持物 / お持ちのスマホ・タブレット・筆記用具

⑩ ～だから映画はやめられない～　上映 /『ハウス・バウンド』

とき / 3 月 22 日（土）18 時～ 20 時（上映時間 107 分）　費用 / 無料　定員 /25 名
年・制作 /2014 年ニュージーランド、監督 / ジェラルド・ジョンストーン
出演 / リマ・デ・ウィアタ、モルガナ・オライリー
＊疎遠の娘が罪を犯し、保護観察 8 か月で実家へ。そこで次々起こる異変。映画のジャンル判別不能。
観て楽しんで判断するのはア・ナ・タ！
解説 /Eniwa の映画小僧ヒロさん

⑪ 銀時薬膳堂「3 月のお楽しみ薬膳スイーツと薬膳茶」

とき / 3 月 26 日（水）13 時～ 16 時
内容 / 体に優しい手作りスイーツを選べる薬膳茶付きで 500 円。体質診断・ハンドリフレクソロジー、
　　デコルテマッサージ・ドライヘッドスパも承ります。
参加費 / ☆薬膳茶付きスイーツ 500 円　定員 /14 名（要予約）
☆3 種類の薬膳茶を用意しています。（各 150 円）
☆ハンドマッサージ・体質診断（各 1,000 円）ドライヘッド・デコルテ（各 500 円）
定員 / 6 名（早めにご予約下さい）
講師 / 池端芳江さん（和漢薬膳師・ハンドリフレクソロジスト・ドライヘッドスパアドバイザー）

アイルからのお知らせ

≪寄付をいただきました≫
＊山崎製パン㈱様　菓子パン 150 個（2 回 / 月　市内子どもの生活習慣・学習支援 5 団体へ）
＊JA 道央様　道産米 50 ㎏（毎月　市内子どもの生活習慣・学習支援 5 団体へ）
＊JA 道央女性部様　米、野菜、食品、調味料、タオル（市内子どもの生活・学習支援 5 団体へ）
＊野菜　余湖農園様、久恵農園様、（市内子どもの生活習慣・学習支援 5 団体へ）
＊アイル募金箱より 10,000 円　＊野口様 2,000 円、熊谷様 1,000 円（あすなろカレッジへ）
＊敦賀様　野菜の売上金 5,500 円　＊大友様　お惣菜の売上金 3,200 円（あすなろカレッジへ）

アイルの活動は、会員の皆様のまごころで育ちます。いただいた寄付金は大切に
使わせていただきます。ありがとうございました。