

催しの詳細は中面ページをご覧ください。

## 2月 アイル イベントカレンダー 2026

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休業日				絵手紙 13～15	あみもの 11～15	
8	9	10	11	12	13	14
休業日		薬膳茶・リフレ 13～16	休業日 (建国記念日)	絵手紙 13～15	あみもの 11～15	洋服お直し講座 11～12 洋服お直し相談 13～15 筆文字アート 13～15
15	16	17	18	19	20	21
休業日		フットケア 10:15～16	終活セミナー & 懇談会 11～12 タロット占い 11～16	絵手紙 13～15	あみもの 11～15	パースストーン 13～15
22	23	24	25	26	27	28
休業日	休業日 (天皇誕生日)	スマホ相談 13～16	薬膳スイーツ ・リフレ 13～16 ギター練習交流会 19～21	絵手紙 13～15	あみもの 11～15	休業日 (棚卸し) 映画鑑賞会 18～20

## あいるつうしん雑記帳 2月号『終活の悩み？』

いつかやって来る人生の終末期。どんな最期を迎えたいか？思いを達成し、心残りなくこの世を去ることなんてできるのでしょうか？相続や葬儀、お墓、諸々の手続き？家族や近所の方々の迷惑にならないか？まだこんなに元気なのに、面倒なことを思い悩む時間がもったいない。そのとおりです。

実は、私も終活といえば「不用品の片付け」しか考えていませんでしたが、最近、本屋さんで見つけた「エンディングノート」これは優れものです。

もしもの時、本人しか知らない複雑な情報などを、大切な家族に分かり易く伝えることができるのです。“書けるところから少しずつ” 今年の目標できました。

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

# アイル通信

2月号 2026年

令和8年2月  
第217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！！

## 《 1月18日（日）新春 アイルお楽しみ会が開催されました 》



アイル特製カレーと珈琲や、お菓子を食べながら  
バックバンドに合わせて八巻智子さんと Akitsu Ryoさんの歌  
KURAMITUさんのソロギターで新年の交流を楽しみました。



## アイルおもてなし事業説明会 ～ 有償ボランティア募集(随時) ～

日時 ＊ 日曜・祝日以外 10時30分～15時（電話にて予約）  
内容 ＊ 通院や買い物の付き添い・家事代行。高齢などで  
日常生活でお困りの方からのご相談

＊有償ボランティアとしての活動についての説明



## 気軽な展示が魅力です

### アイルで展示・募集中！

写真・絵画・手作り品 など

1週間の展示で1,000円  
(壁面、テーブルに展示可能です)

令和  
8年度

## アイル会員登録について

3月1日～令和8年度アイル会員の登録・更新を開始いたします。

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「あすなるカレッジ」事業など、  
社会貢献活動を行っております。

アイル・えにわ  
市民プラザ  
ENIWA CITIZEN PLAZA

NEW  
ホームページ

恵庭市本町110番地  
TEL 0123-39-3355  
FAX 0123-39-3356



<https://eniwa-aill.com/>

## アイルの開館時間

11月～3月末まで 10時～16時  
定休日 日曜・祝日



## ◆えにわ市民プラザ・アイル 2026 年 2 月の行事予定◆

\*開館時間／10 時～16 時 \*休館日／日曜、祝日、棚卸 2/28（土）

\*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 銀時薬膳堂「リフレクソロジーと体質診断」～あなたの不調、そのまま大丈夫？～

とき／2 月 10 日（火）13 時～16 時

内容／あなたの健康をサポート！食事指導・香り・リフレクソロジー体験してみませんか

☆3 種類の薬膳茶を用意しています。（各 150 円） 定員／14 名（要予約）

☆ハンドリフレ・体質診断ドライヘッド・デコルテ（各 1,000 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）

#### ② 心を癒す筆文字アート～なお～

とき／2 月 14 日（土）13 時～15 時 費用／500 円

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、お道具は使い慣れたものをお持ちください） 定員／8 名（要予約） 講師／なおさん

#### ③「洋服の簡単直し物講座」～ズボンの裾上げとゴムの入れ替えのコツ～

とき／2 月 14 日（土）11 時～12 時 費用／100 円

内容／直し部分のサポート。ミシンのない方も大丈夫です。

持物／筆記用具。あれば直したいズボンなど。 定員／5 名 講師／田中礼子さん

#### ④ 洋服のお直し相談会～ご相談は無料です～

とき／2 月 14 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

#### ⑤ 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／2 月 17 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。）

※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）

#### ⑥ タロット占い～占いは自分を知るための最強のアイテム～

とき／2 月 18 日（水）11 時～16 時

内容／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。2026 年を占ってみませんか？

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／2 月 21 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おあげましょう。※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「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／2 月 24 日（火）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／7 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

#### ⑨ 銀時薬膳堂「薬膳スイーツとリフレクソロジー」～新年開運、体に優しいスイーツをどうぞ！～

とき／2 月 25 日（水）13 時～16 時

内容／薬膳スイーツと選べる薬膳茶付き。体質診断やリフレクソロジーで今年の疲れをとりましょう。

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）

☆ハンドリフレ・体質診断ドライヘッド・デコルテ（各 1,000 円） 定員／8 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）

#### ⑩ 初心者ギター練習・交流会～弾ける方によるオープンマイクの時間もあります～

とき／2 月 25 日（水）19 時～21 時（ミニライブは 20：30 ～） 講師／竹内誠裕（マーチン）さん

内容／アコースティックギター・エレキギターの初心者講習・交流（個別に弦の抑え方や弾き方のコツを教えます）

弾ける方によるオープンマイクの時間もあります。

持物／持ってる方のご自分の楽器をお持ちください。（貸出用アコースティックギター有ります。）

\*ミニライブ観覧したいや交流したい方も気軽にご参加ください。

参加費／1,000 円 定員／10 名（要予約）

#### ⑪ 映画鑑賞会～だから映画はやめられない～ 上映／『ある日どこかで』

とき／2 月 28 日（土）18 時～20 時 費用／無料 定員／25 名 上映時間／103 分

内容／制作／1980 年アメリカ作品 監督／ヤノット・シュワルツ 音楽／ジョン・バリー

出演／クリストファー・リーブ、ジェーン・セイモア

私ヒロの中で、最もロマンティックなタイムスリップ作品。すべての演出、役者、音楽が悲しくも

美しい極上のラブストーリーです。貴方の胸に何かが残るはず。

解説／Eniwa の映画小僧ヒロさん

## ♥ アイルからのお知らせ ♥

《寄付をいただきました》

【市内子どもの生活習慣・学習支援 5 団体へ】\*山崎製パン(株)様 菓子パン 150 個（2 回 / 月）  
\*JA 道央様 道産米 50 kg（毎月）\*余湖農園様（野菜） コープさっぽろ様、フードバンク様  
【あすなろカレッジへ】\*「現金・野菜の売上」8,145 円（敦賀様、大竹様、野口様、店内募金箱より）  
【アイルへ】\*「現金・寄贈品の売上」44,468 円（山田様、高橋様、大友様、和田様、小林様、鈴木様、坂根様、濱田様、店内募金箱より）



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。