

催しの詳細は中面ページをご覧ください。

6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
				絵手紙 10:30～12	あみもの 11～15	
7	8	9	10	11	12	13
休業日		ビーズ講習 10～12	終活相談 10～12	絵手紙 10:30～12 ^初 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
14	15	16	17	18	19	20
休業日	コミュレス 10:20～13		エンディングノート 講習会 10:30～11:15 タロット占い 11～16	絵手紙 10:30～12 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
21	22	23	24	25	26	27
休業日	かかとケア講座 13～15	フットケア 10:15～16	ギター練習交流会 19～21	絵手紙 10:30～12 ^初 13～15	あみもの 11～15	映画鑑賞会 18～20
28	29	30				
休業日	スマホ相談 13～16	休業日 (棚卸し)				



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!!

令和8年6月
第221号
編集・発行「アイル」
アイルは市民活動の
「小さな拠点」です。

5月23日、アイル市民総会&お楽しみ会を行いました。



終活相談が始まりました。



昨年の10月から準備を始めて来た「終活アドバイザー」による終活相談が4月よりスタートしました。毎月第二水曜日の午前、アイルで(初回無料)ご相談をお受けしております(要予約)。気軽に「もしもの時に困らない準備」をしませんか?

気軽な展示が魅力です

アイルで展示したい方、大募集!!

写真・絵画・手作り品など
個人やグループで展示してみませんか?

1週間の展示で1,000円(壁面、テーブルに展示可能です)

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

あいるつうしん雑記帳 6月号『五感とは?』

親しい先輩が豪語する「五感を刺激させて、ボケ防止!」とは? 視覚・聴覚・触覚・嗅覚・味覚を五感と言い、危険回避に必要な情報を瞬時に脳に伝える機能だそうです。人間にもともと備わっている機能ですが、年齢とともに少しずつ衰えてきます。最近、「転ばぬ先の杖」と身の周りの安全ばかりを整えますが、忘れがちなのは、実は楽しむことなのです。

まず、目・耳・鼻・口・皮膚(指先)が持つ、繊細な機能を喜ばせることが老化を遅らせます。美しいものを見て、快い音を聞き、香しい匂いを嗅ぎ、美味しい物を食べ、気持ち良い物(赤ちゃん・動物など)に触れると、機能が活性化して自らの脳(心)が喜びます。よってボケ防止につながる方程式だそうです。さて、6月21日(日)市民会館にてバレエの発表会があります。貴方の目と耳が喜ぶよ。そして、貴方の心も。

事務局スタッフ きむちゃん

令和8年度 アイル会員登録スタート

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400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

4月～10月末まで10時～17時
定休日 日曜・祝日

◆えにわ市民プラザ・アイル 2026年6月の行事予定◆

*開館時間／10時～17時 *休館日／日曜、祝日、棚卸6/30(火)

*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 新企画「終活相談」～終活アドバイザー2人による個別相談～

とき／6月10日(水) 10時～12時(おひとり様20分)

内容／終活は、これからの人生を安心して過ごすための準備です。秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。 費用／初回無料 定員／4名(要予約)

② 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／6月15日(月) 10時20分～13時

内容／ジャガイモと豚肉の炒め物、油揚げと白菜のうま煮、ブロッコリーとカニ風味あんかけ。
会費／700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

③ 心を癒す筆文字アート～なお～

とき／6月13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

④ 「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など～

とき／6月13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(要予約) 講師／田中礼子さん

⑤ 洋服のお直し相談会～ご相談は無料です～

とき／6月13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

⑥ タロット占い～明日の自分を占ってみませんか？～

とき／6月17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。

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 「エンディングノート講習会」～エンディングノートを使って、終活の準備をする～

とき／6月17日(水) 10時30分～11時15分

費用／講習料1,000円 持物／筆記用具

定員／10名 申込期限／前日(要予約) 講師／小林あけみ、八巻智子

⑧ パワーストーンブレスレットの浄化とゴム交換

とき／6月20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

⑨ アクセサリーのメンテナンス

とき／6月20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

⑩ ナースが教えるかかとケア講座～意外と知らない？道具と保湿剤の使い方を学ぼう～

とき／6月22日(月) 13時～15時 費用／3,000円(道具込み) 定員／6名

内容／フットケアファイル・ガラスやすり・保湿剤2種類を使って、かかとを美しく整える実践講座です。

講師／Kayoさん(フットセラピスト)

⑪ 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／6月23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)

⑫ 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／6月24日(水) 19時～21時(ミニライブは20:15～) 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練習・交流(弦の抑え方や弾き方のコツをアドバイスします) 弾ける方によるオープンマイクの時間もあります。カフオン、ボンゴなどのセッションも歓迎!

持物／持ってる方は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)

⑬ 映画鑑賞会～だから映画はやめられない～ 上映／『シャレード』

とき／6月27日(土) 18時～20時 費用／無料 定員／25名(直接会場へ) 上映時間／113分

制作／1963年アメリカ作品 監督／スタンリー・ドローン 主演／オードリー・ヘップバーン、ケーリー・グラント

内容／富豪の夫と離婚を考えていた矢先、夫が謎の死を遂げる。そして彼女の前に3人の不気味な男達が次々と現れ「250万ドルを返せ!」何も知らない彼女に新たな謎の男が…。敵か味方か? 解説／Eniwaの映画小僧ヒロさん

⑭ 「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／6月29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／7名(申込順) 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

講師／上野かおりさん(デジタル庁認定デジタル推進委員)

♥ 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50kg(毎月)、コープさっぽろ様、フードバンク様

【あすなるカレッジへ】「現金・野菜の売上」8,403円(募金箱より)

【アイルへ】「現金・寄贈品の売上」15,700円(八巻様・坂田様・齊藤様・高橋・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。