

催しの詳細は中面ページをご覧ください。

7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
				絵手紙 10:30～12	あみもの 11～15	
5	6	7	8	9	10	11
休業日			終活相談 10～12	絵手紙 10:30～12 ^① 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
12	13	14	15	16	17	18
休業日			エンディングノート 講習会 10:30～11:15	絵手紙 10:30～12	あみもの 11～15	パースストーン 13～16 アクセサリーメンテ 13～15
19	20	21	22	23	24	25
休業日	休業日 (海の日)	展示開始～30日 「カコ・アート 切り絵展」 スマホ相談 13～16	フットケア 10:15～16 ギター練習交流会 19～21	絵手紙 10:30～12 ^① 13～15	あみもの 11～15	映画鑑賞会 18～20
26	27	28	29	30	31	
休業日				最終日 「カコ・アート 切り絵展」	休業日 (棚卸し)	

あいるつうしん雑記帳 7月号『1年生の心?』

2026年、早やもう半年過ぎました。還暦を越えたくらいから月日の経つのが早いです。1週間が3日くらいに感じます。何故でしょう?

若い時は、毎日が初めての体験にあふれています。見るもの聴くもの全てが刺激的で、記憶に残ります。しかし、高齢になると毎日起こることが、予測の範囲以内の出来事なので、記憶に残す必要性がないと脳が判断してしまうらしいです。それで、1日があっという間に終わったという勘違いが起こるのです。

時間は万人に平等に与えられています。子どものように、新しい発見に大喜びできる人には時間がゆったり流れているのかも知れません。今からでも遅くない! 1年生の心で初体験に挑みましょう。もちろん、身体と相談してね。

事務局スタッフ きむちゃん



令和8年7月
第222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!!

7月のミドコロ♪ 切り絵展が開催されます!

展示「カコ・アート切り絵展」

～地層の重なりの様な微妙な立体感が面白い、
独特な技法を駆使した傑作～

とき / 7月21日(火)～7月30日(木)
10時～17時 無料

内容 / 日本の伝統文様やモチーフを現代的に
再構築したレイヤー切り絵作品です。

作家 / カコ・アート

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



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「あすなろカレッジ」事業など、
社会貢献活動を行っています。

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 7 月の行事予定◆

*開館時間／10 時～17 時 *休館日／日曜、祝日、棚卸 7/31 (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 展示「カコ・アート切り絵展」

～地層の重なりの様な微妙な立体感が面白い、独特な技法を駆使した傑作～

とき／7 月 21 日 (火) ～7 月 30 日 (木) 10 時～17 時 無料 作家／カコ・アート

内容／日本の伝統文様やモチーフを現代的に再構築したレイヤー切り絵作品です。

②「終活相談」～終活アドバイザー 2 人による個別相談～今からできる安心の準備

とき／7 月 8 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)

③ 心を癒す筆文字アート ～なお～

とき／7 月 11 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／7 月 11 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／7 月 11 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

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／7 月 15 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／7 月 18 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。

しばらく身に付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／7 月 18 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「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／7 月 21 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) 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)

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／7 月 22 日 (水) 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 3,000 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／7 月 22 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) 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／『ライト / オフ』

とき／7 月 25 日 (土) 18 時～20 時 費用／無料 定員／25 名 (直接会場へ) 上映時間 /81 分

制作 / 2016 年アメリカ作品 監督 / デビッド・F・サンダーバーグ 制作 / ジェームズ・ワン

主演 / テリーサ・パーマー、マリア・ベッロ

内容 / 実話恐怖映画の映画化。主人公の母親が少女時代に仲良くなった女の子。だが、特殊な病気で亡くなった後、母親に取り憑く。暗闇の中で動き、家族に襲いかかる。

上映終了後、ヒロの実話怪談一話だけの予定あり。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)、コープさっぽろ様、フードバンク様、余湖農園様

【あすなるカレッジへ】*ファイターズ牛ハンバーグ (東日本フード(株)様) 長芋 (伊藤様)

「現金・野菜の売上」20,880 円 (阿部様・野口様・募金箱より)

【アイルへ】「現金・寄贈品の売上」13,580 円 (富永様・高橋様・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用させていただきます。ありがとうございました。