

催しの詳細は中面ページをご覧ください。

10月 アイル イベントカレンダー 2026

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				絵手紙 10:30～12	あみもの 11～15	筆文字アート 13～15
4	5	6	7	8	9	10
休業日				絵手紙 10:30～12 ^初 13～15	あみもの 11～15 ナイトクルージング 19～21	洋服お直し講座 11～12 洋服お直し相談 13～15
11	12	13	14	15	16	17
休業日	休業日 (スポーツの日)		終活相談 10～12	絵手紙 10:30～12	あみもの 11～15	展示～22日 「編み物」 パワーストーン 13～16 アクセサリーメンテ 13～15
18	19	20	21	22	23	24
休業日	コミュレス 10:20～13 スマホ相談 13～16		エンディングノート 講習会 10:30～11:15	絵手紙 10:30～12 ^初 13～15	あみもの 11～15 ナイトクルージング 19～21	展示～30日 「一閑張り」 羊毛刺繍 13～16 映画鑑賞会 18～20
25	26	27	28	29	30	31
休業日	かかとケア 13～15	フットケア 10:15～16 英国式リフレ 10:15～16	ギター練習交流会 19～21			休業日 (棚卸し)

あいるつうしん雑記帳 10月号『雑草レストラン』

9月のある朝、カーテン開けるのが憂うつだった。手入れの悪い庭の光景が目の前に飛び込んでくるから……。しかし、その日は違った。恐る恐るカーテンに手を伸ばすと、何だか外が賑やかだ。「えっ!」何と、秋晴れの空の下、わが家の庭で大勢のスズメが「大宴会」の真最中! 30羽以上はもう数えられない。

伸び放題の雑草やシソの実を、忙しそうについばんでいる。チュンチュク、チュンチュク、戸塀に絡まったクレマチスの葉やヤマボウシの枝に隠れながら、順番が来ると素早く降りて、下の雑草にしがみつき、嬉しそうに食べています。一瞬、何かに驚いたのか、一斉に飛び上がり、いなくなったと思ったら、次の御一行様の来訪です。またまたチュンチュク。雑草だらけの庭もなかなかいいものですね・・・♡

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

10月号 2026年

令和8年10月
第225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!!

プライバシーを守り、
安心・安全に、市民の困りごと解決!

お困りごとは
ありませんか?
ちょっとしたお手伝いで、
暮らしをもっと
安心・快適に。

代行サービス (1時間 800円)
こんなお手伝いをします

- お買い物の代行 (スーパー・薬局 など)
- 病院・郵便局の付き添い代行
- 掃除・洗濯などの家事代行
- 役所の手続きや書類の代行
- ペットのお散歩 など

同伴サービス (1時間 800円)
こんな場面で一緒に行きます

- 病院の受診の付き添い
- 役所の手続きの付き添い
- お買い物の付き添い
- 理美容院への付き添い
- 趣味や地域活動への外出の付き添い
- その他、外出時の見守り・お手伝い など

交通費は別途かかる場合もございます。詳しくはアイルへお気軽にお問い合わせください。

リサイクル・フリマ BOX 利用先着 10名

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・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

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 10 月の行事予定◆

＊開館時間／10 時～17 時 ＊休館日／日曜、祝日、棚卸 10/31（土）

＊ご予約・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 編み物サークル「編物日和～毛糸に恋して～」

～好みのモチーフを編みつなぎ、ひとつの作品として完成させました。それぞれの個性が出て楽しく見ごたえのある展示です～

とき／10 月 17 日（土）～10 月 22 日（木）10 時～17 時 無料

内容／靴下、カバー、手袋、帽子、巾着など

【あみもの以外の出品】＊樹脂粘土／木村トシ子・清水啓子さん ＊クラフトカゴバッグ・陶芸／佐藤信子さん

② 展示 和美術美（わびさび）「一閑張りの作品展」

～カゴに和紙を張り、柿渋でアンティーク調に仕上げました～（小物など 30 点）

とき／10 月 24 日（土）～10 月 30 日（金）10 時～17 時

【ワークショップ】平たいザルに和紙を張り、トレーを作ります。

日時／10 月 26 日（月）、27 日（火）、28 日（水）①10 時～②13 時～（2 時間位）

参加費／1,000 円（要予約） 持物／おしぼり

③ 心を癒す筆文字アート ～なお～

とき／10 月 3 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／10 月 10 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／10 月 10 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 今からできる安心の準備「終活相談」 ～終活アドバイザーによる個別相談～

とき／10 月 14 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）

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／10 月 21 日（水）10 時 30 分～11 時 15 分

内容／自分らしく生き抜くための心強いアイテム「エンディングノート」を気軽に書いてみましょう。

定員／10 名 申込期限／前日（要予約）持物／筆記用具・お持ちの方はエンディングノート

講師／小林あけみ

⑧ アクセサリーのメンテナンス

とき／10 月 17 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 パワーストーンブレスレットの浄化とゴム交換

とき／10 月 17 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

⑩ 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／10 月 19 日（月）10 時 20 分～13 時

内容／メニュー「サンマのマリネ、ツナの大根煮、ハムカツ」

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

⑪「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／10 月 19 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

⑫ 新企画ワークショップ「布製品に羊毛刺繍をやってみよう」～ふわふわ羊毛で作るオリジナル作品～

とき／10 月 24 日（土）13 時～16 時

内容／羊毛を使って巾着やミニバッグにワンポイントの刺繍を行います。専用の針でチクチク刺していくだけで出来ます。

定員／10 名 参加費／600 円 持物／なし 講師／國中紗季さん

⑬ 映画鑑賞会 ～だから映画はやめられない～ 上映／『7 BOX、セブン・ボックス』

とき／10 月 24 日（土）18 時～20 時 費用／無料 定員／25 名（直接会場へ） 上映時間／105 分

制作／2012 年パラグアイ作品 監督／ファン・カルロス、タナ・シエムポリ 出演／セルコ・フランコ

内容／TV に映る事を憧れる少年に、ある日「謎の 7 つの箱」を運ぶ仕事が舞い込む。その報酬や荷物を狙うギャングなどからの命がけのスピード感あふれる逃走劇。 解説／Eniwa の映画小僧ヒロさん

⑭ 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／10 月 26 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）

⑮ 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／10 月 27 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 3,000 円（45 分） 講師／Kayo さん（フットケアセラピスト）

⑯ 新企画 英国式リフレクソロジー体験 ～足裏から自律神経を整えて健康維持・増進～

とき／10 月 27 日（火）10 時 15 分～16 時

内容／足裏にある「反射区」を刺激して、対応する体の各部位や内臓の働きを活性化する健康法です。

参加費／1,000 円（20 分） 定員／8 名 講師／Kanami（かなみ）英国式リフレクソロジスト

⑰ 初心者ギター練習・交流会 ～弾ける方による 1 人 1 曲オープンマイクも～

とき／10 月 28 日（水）19 時～21 時（ミニライブは 20：20～）

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（弦の押え方や弾き方のコツをアドバイスします）

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。要予約）

参加費／1,000 円 定員／10 名（要予約） 講師／竹内誠裕（マーチン）・につきーさん

⑱ 新企画「アイル・ナイトクルージング」～夜のアイルで、ちょっと一息～

とき／①10 月 9 日（金）②10 月 23 日（金）19 時～21 時

内容／仕事帰りにちょっと一息。誰かとおしゃべり。一人でのんびり。BGM を聴きながらなど。過ごし方は自由です。

参加費／1,000 円（ワンドリンク付） 担当／竹内誠裕（マーチン）

♥ 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、上田様、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」25,697 円（野口様・隣様・野村様・募金箱より）

【アイルへ】「現金・寄贈品・トマトの売上」10,460 円（高橋様・野中様・坂田様・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
使わせていただきます。ありがとうございました。