催しの詳細は中面ページをご覧ください。

## 11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 | | 休業日<br>（文化の日） | | 絵手紙<br>10:30～12 | 夜の居場所づくり<br>ナイトクルージング<br>19～21 | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 休業日 | 展示～14日<br>「よつば<br>あみあみ展」 | | 終活相談<br>10～12 | 絵手紙<br>10:30～12 初<br>13～15 | あみもの<br>11～15 | 洋服お直し講座<br>11～12<br>洋服お直し相談<br>13～15<br>筆文字アート<br>13～15 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 休業日 | コミュレス<br>10:20～13<br>スマホ相談<br>13～15 | 展示～27日<br>「絵手紙展」 | | 絵手紙<br>10:30～12 | あみもの<br>11～15<br>ナイトクルージング<br>19～21 | パワーストーン<br>13～15<br>アクセサリーメンテ<br>13～15 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休業日 | 休業日<br>（勤労感謝の日） | フットケア<br>10:15～15<br>英国式リフレ<br>10:15～15 | エンディングノート<br>講習会<br>10:30～11:15<br>ギター練習交流会<br>19～21 | 絵手紙<br>10:30～12 初<br>13～15 | あみもの<br>11～15 | 羊毛刺繍<br>13～15<br>映画鑑賞会<br>18～20 |
| 29 | 30 | | | | | |
| 休業日 | 休業日<br>（棚卸し） | | | | | |

## あいるつうしん雑記帳 11月号『健康の秋』

秋が深まり紅葉も見ごろが過ぎ、冬が目の前に迫っています。文化の秋、芸術の秋、食欲の秋。あちこちで、楽しいイベントが開催されていますよ。本格的な冬が来る前にオシャレしてお出かけしませんか？

地元恵庭や島松・千歳・北広島など JR 千歳線で行ける範囲で開催される素敵な絵画展・演奏会、落語もあります。道路が凍りついてツルツルになる前に、トレーニングを兼ねて徒歩もいいかも。恵庭の市街地はほとんどが平地なので、自転車やウオーキングする人多いですね。健康な街のイメージアップにつながります。

収穫された地元のカボチャ、キノコ、栗、そして穫れたて「秋野菜」をモリモリ食べて、寒さに負けない健康な身体を保ちましょう。アイルもイベント・お野菜山盛りです。

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
11月号　2026年

令和８年11月
第226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‼

**▶ アイルの開館が 11 月より冬季時間になり、10 時～ 16 時となります。**










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 11 月の行事予定◆

＊**開館時間／10 時～ 16 時**　＊休館日／日曜、祝日、棚卸 11/30（月）

＊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　「よつば・あみあみ展」～秋の夜長を楽しむ～

とき / 11 月 9 日（月）～ 11 月 14 日（土）10 時～ 16 時
内容 / 靴下、カバー、手袋、帽子、ベスト、セーターなど。経験に富んだ編み物大好きさん達の
素敵な作品を見に来てください。（一部販売）

② 展示　絵手紙教室作品展」～絵手紙の楽しさを誰かに伝えたくて～
～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 / 11 月 17 日（土）～ 11 月 27 日（金）10 時～ 16 時
内容 / 毎週木曜に開催している「絵手紙教室」です。生徒さんたちの傑作を見に来てください。

③ 心を癒す筆文字アート ～なお～

とき / 11 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

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 / 11 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（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 / 11 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

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 / 11 月 11 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 / 11 月 25 日（水）10 時 30 分～ 11 時 15 分　費用 / 講習料 1,000 円
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 / 11 月 21 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 / 11 月 21 日（土）13 時～ 15 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 / 11 月 16 日（月）10 時 20 分～ 13 時
内容 / メニュー「コンニャクの信田巻き、カボチャのコロッケ、ロールキャベツ」
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 / 11 月 16 日（月）13 時～ 15 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 / 11 月 28 日（土）13 時～ 15 時　参加費 /600 円　定員 /10 名　持物 / なし
内容 / 羊毛を使って布製品にワンポイントの刺繍を施します。専用の針でチクチク刺していくだけで、
手先の運動にもなります。　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 /『永遠の子どもたち』

とき / 11 月 28 日（土）18 時～ 20 時　費用 / 無料　定員 /25 名（直接会場へ）　上映時間 /108 分
制作 /2007 年スペイン・メキシコ合作　監督 /J・A バヨナ　出演 / ベレン・ルエダ
内容 / 一見ホラーのように見えますが、とんでもありません！母として子を想う大いなる決断。ラストに見せた
姿に、ヒロでさえ思わず涙。極上のダーク・ファンタジーです。　解説 /Eniwa の映画小僧ヒロさん

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 / 11 月 24 日（火）10 時 15 分～ 15 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 / 11 月 24 日（火）10 時 15 分～ 15 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（弦の抑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）・にっきーーさん

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 / ① 11 月 6 日（金）　② 11 月 20 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・おつまみ付）　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≫

＊山崎製パン㈱様　菓子パン 150 個（2 回 / 月）コープさっぽろ様・フードバンク様
＊JA 道央様　道産米 50 kg（毎月）、野菜（余湖農園様・久恵様・上田様）
【あすなろカレッジへ】「現金・野菜の売上金」7,716 円（野口様・上田様・野村様・募金箱より）
【アイルへ】「現金・寄贈品・野菜の売上金」14,645 円（髙橋様・隣様・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。