

**ママふれあいサークル**

ママと、これからママになるのためのサークルです。

いつ？　425()

10:00～11:45

どこ？　てセンター（いずみ）

　☎　 　センター

(23-4511)

**2017年4月**

**(やさしい）**

**・の**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| ひにち | | |  | | | ☎ | |  |
| ・8:30～16:00  (は18:30～21:00) | | |  | | | 25-3935 | | 21－1 |
| **(** **・くに　を　してください)** | | | | | | | | |
| ひにち |  | | | | ☎ | |  | |
| 4 |  | | | | 35-2433 | | 5-7 | |
|  | こどもクリニック　35-2622 | | | | | | 2-1-1 | |
| 16 |  | | | | 35-3511 | | り5-20 | |
| 23 | たかはし | | | | 35-6668 | | り1-30 | |
| 29 |  | | | | 35-2315 | | 1-9 | |
| 30 | リハビリ | | | | 35-8801 | | 71-1 | |
| **（9：00～12：00）** | | | | | | | | |
| ひにち | |  | | ☎ | |  | | |
| 4 | | おおたに | | 22-8148 | | 324-3 | | |
|  | | ちだ | | 41-3322 | | 3-1-7 | | |
| 16 | |  | | 51-8820 | | 5-1 | | |
| 23 | | はたけやま | | 35-8811 | | 3-1-26 | | |
| 30 | |  | | 51-9293 | | 27-2 | | |

***ため・あぶない！***

「ため」：んぼ、でうをためる。

「」：んぼ、でうをすさい。

にはためやがたくさんあります。

ためやにちると、とてもあぶないです。くにかないようにしましょう。

　☎　 ()（24-2111・371）

(・1)は 5までに ってください。

　☎　 () 24-2111(341）

**（おはかかりません）** ※でがです

でしたいときは、ができるとにてください。

※のはできますが(ビザ)のはできません。

|  |  |
| --- | --- |
| どこ？ | いつ？ |
| () | 412() 10:00～4:00 |
| () | 425() 10:00～4:00 |

**【奥州市政策企画課ILC推進室 発行】**

**◆ボウリング**

ボウリングをめませんか？ からでも、はじめてのでも、すぐめられます。

いつ？

＜＞

418～530

(5は　おみ)

で6

＜＞

４19～531

(5は　おみ)

で6

コース(9:30～)と

コース(1:30～)があります。

どこ？ ボウリングクオリア()

いくら? ￥2,000(6のゲーム、をりる、、)

☎(いわせ・しみ)

ボウリング

(090-7075-5222)

**◆いきスポの**

★()

いつ？　4()、(日)、30(日) 10:00～11:30

どこ？　スポーツセンター

★ノルディックウオーキング

いつ？　4～26() 10:00～11:30

どこ？　いきいきスポーツランドのり

★ピラティス

いつ？　①4 () ②11() ③19(水) ④25(火)

①③7:15～ ②④3:30～

どこ？　いきいきスポーツランド

★スポーツ

いつ？　4～27() 10:00～11:30

どこ？　いきいきスポーツランド

★コンディショニング

いつ？　430()10:00～11:00

どこ？　いきいきスポーツランド

いくら？ ￥200、￥300、～￥500

のまでに、でしみをしてください。

☎(いわせ・しみ)　いきいきスポーツランド(56-7290)

**イベント**

**k**

**◆**

＜＞　いつ？　428() 4：30～8:40

どこ？ り

ちばやし、り、いろいろなり、を　ることができます。

＜＞　いつ？　429()1:15～8:25

どこ？ り、、、りなど

はやし、り、いろいろなり、を　ることができます。

、、、メイプル(4・)、、みずさわセンター(Zプラザアテルイ)など

　☎　　 ()(24-2111　272・273)

**【奥州市政策企画課ILC推進室 発行】**

**◆まつり**

、よさこいのり、クラブ、などが　られます。で　40の　おりです。

いつ？　416() 10：00～6:00

どこ？　、　など

駐車場　()、ふれあいセンター、ＪＡふるさとセンターなど

　☎　　 (　56-2105）

**【奥州市政策企画課ILC推進室 発行】**