****

**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？　627()

10:00～11:45

どこ？　てセンター（いずみ）

　☎　 　センター

(23-4511)

**（やさしい）**

**2017６**

**・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 | 病院 | ☎ | 住所 |
| 6 | こどもクリニック 　35-2622 | 2-1-1 |
| 11 |  | 35-2315 | 1-9 |
| 18 | たかはし | 35-6668 | り1-30 |
| 25 |  | 35-3511 | り5-20 |
| **（9：00～12：00）** |
| ひにち | 病院 | ☎ | 住所 |
| 6 | あらきだ　　　　クリニック | 47-3323 | 23-93 |
| 11 |  | 23-4070 | 10 |
| 18 |  | 23-5770 | 7 |
| 25 | ひばり　　　クリニック | 25-6114 | 178-1 |

6から　が　はじまります。しみを　した　に　「の　おらせ」を　ります。の　の　にも　ります。

　☎　 センター(23-4511)

**メーターの**

みなさんの　の　くなった　メーターを　します。が　な　は、　から　で　おらせします。

おは　かかりません。()

の：6～10

　☎　 　　（45-4905）

**（おはかかりません）**

で　したいときは、が　できると　に　てください。、　などの　が　できます。　(ビザ)の　は　できません。※で　が　です。

|  |  |
| --- | --- |
| どこ？ | いつ？ |
| () | 6() 10:00～4:00 |
| () | 627() 10:00～4:00 |

・(・1)は630()までに ってください。

　☎　 () (24-2111・341）

**まつり**

りに　いろいろな　おが　ます。ステージイベントも　あります。

いつ？　611()

10:00～5：00

どこ？　り

　☎　 (24-3141)

**まつり**

が　えます。べることも　できます。は　で　もっとも　おいしいの　ひとつです。は　ないです。ぜひ、りを　ってください。

のきまねコンテスト(11)、おしみ(1)、グルメ、の「」など

いつ？　6() 9:30 ～ 16:00

どこ？　いきいきスポーツランド

 、、いきいきスポーツランド

※、イオン、から　シャトルバスが　あります。

　☎　 ()　　　　(56-2111・231)

**イベント**

**づくり　の**

オープンガーデンには　づくりの　ヒントが　たくさん　あります。しく　しませんか。

いつ？　621()1:30～

どこ？　アスピア

　　オープンガーデンおうしゅうの

　　　　 ヒロさん

いくら？　￥600

☎(いせ・しみ) アスピア(22-6111)

【】 ＩＬＣ

【やさしい】

レジスタンストレーニング、、ストレッチ　など

いつ？　613日()、()

　　　　午前10:00～11:30

どこ？

いくら？　￥300

しみは　6()まで　です。

1　20まで　です。

しみの　は　3つ　です。

①

②FAX

③に　しみの

を　っていく。

☎(いわせ・しみ)

 　(TEL 31-2100・FAX35-5311)

**いきいきスポーツランドの**

どこ？ いきいきスポーツランド・・・・・・・・・・・・

★スポーツ

6、、22、29 ()10:00～11:30

★ノルディックウオーキング

6～28() 10:00～11:30

★ピラティス

① 6() ②13()

③ 21()　④27 ()

①③＝7:15～8:15　②④＝3:30～4:30

★コンディショニング

618() 10:00～11:00

どこ？ ()・・・・・・・・・・・・

★スポーツ ()

6()、 ()10:00～11:00

いくら？　￥200、￥300、～￥500

の　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)

**k**

**【 】**

**【奥州市政策企画課ILC推進室 発行】**