****

**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？　1226 ()

10:00～11:45

どこ？　てセンター（いずみ）

　☎　 　センター

(23-4511)

**201712**

**（やさしい）**

**・の（12）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |
| 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 |  | | | | ☎ | |  | |
|  |  | | | | 35-4006 | | 3-12 | |
|  | おいなお | | | | 34-3033 | | 11 | |
| 17 |  | | | | 35-2315 | | 1-9 | |
| 23 | リハビリ | | | | 35-8801 | | 71-1 | |
|  | ひらたクリニック | | | | 31-1331 | | 401-6 | |
| 31 |  | | | | 35-2433 | | 5-7 | |
| **（9：00～12：00）** | | | | | | | | |
| ひにち | |  | | ☎ | |  | | |
|  | | クリニック | | 23-2488 | | 37-7 | | |
|  | | あべクリニック | | 44-3918 | | 25-1 | | |
| 17 | | ちば | | 51-1300 | | 420 | | |
|  | |  | | 42-3006 | | 60-2 | | |
| 31 | |  | | 22-5330 | | 22-15 | | |
| ★**こども (019-605-9000) 19:00～23:00** | | | | | | | | |

子どもの の おについて

子どもが に うためには　おが です。その おを うことが むずかしいおさん、おさん、のみなさんは、から の おを もらうことが できます。

（で うものを うお、のお・のお・PTAのお・のクラブのおなど）。

※からを もらってください。

※いつでも しむことが できます。

※おを もらうためには、が あります。()の に してください。

　☎　　()

(35-2111・426)

(4)、

(6)は　1()までにってください。

　☎　 ()

(24-2111・341）

**（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？ | |
| () | 1213() | 10:00～4:00 |
| () | 1226() |

【】

ILC

【やさしい】

**スポーツ**

**1217は　Ｚアリーナ　トレルーフェスタ**

1217()は　トレーニングルームが(￥0)。

はじめての人でも　できる　プログラムも　あります。

◆**ビギナーバドミントン**

いつ？　 2：00～3：00　　？ 20

※ラケットを　かりることができます。(￥0)。

**◆ナイトピラティス**

いつ？　 7：00～8：00　　？ 30人

※ヨガマットを　ってきてください。

☎(いわせ・しみ)

(Ｚアリーナ)(22-7000)

**2018年 第2回いわてきらめきマラソン:**

**12から　けつけが　まります。**

いつ？ 　5()

どこ？ 　いきいきスポーツランド

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | フルマラソン | 10km | 2km |
| ？ | 3,000人 | 1,000人 | 1,000人 |
| いくら？ | ￥7,000 | ￥3,000 | ￥2,000 |

けつけは　12()からです。

きの　しいは　あとで　おらせします。

☎(いわせ) いわてきらめきマラソン　()(35-2111・334)

**おらせ**

**k**

**ダムのりの　め**

の　ダムのりのは　めです。、、おろせも　れません。

は ２０１８４ まで です。

　☎　 　()

(24-2111・512)

**最低賃金が738円に**

の(パートタイマー、アルバイトむ)が　1 738に　なりました。

　☎

(019-604-3008)

【】

ILC

【やさしい】

**イベント**

**しそばち**

いつ？ 　1230()・31日()

10：00～3：00

どこ？

いくら？ 　￥800

　☎　 　 (31-1600)

　　　　※しみは　ありません。

**ふれあいセンター　ワンコインシネマ()**

「の」を　します。

いつ？ 　1217()①10：00　②2：00

　　　　　※30から　に　れます。

どこ？ 　ふれあいセンター

いくら？ 　￥500（は　￥700）

　☎　 　ふれあいセンター(56-7100)

**スキー オープン**

スキー、ひめかゆスキー、

スキーが　オープンします。

１２２３はリフトが　(￥0)です。

いつ？ 　1223()

　☎　 　　スキー(39-2105)

　　　　 　ひめかゆスキー(49-2105)

　　　　 　スキー(52-6411)

**フェスティバル2017**

・・　ども・

どもコーナー(を　ることができます)など

いつ？ 　12()10：00～2：00

どこ？ 　コミュニティセンター

　☎　 　()

(35-2111・442)