内：内容　対：対象　日：期日・期間　時：時間　所：会場・場所　定：定員　¥：料金　無料：料金無料
方：申込・申請方法　持：持ち物・必要なもの　申：申込先　問：問合先
健ポ：健康ポイント対象事業

みんなのひろば

1月号の応募期間は、
11月2日から30日です

参加者募集

無料 ZUMBA（ズンバ）・リンパストレッチゆるトレ参加者募集!! 健ポ

内 ダンスとストレッチで楽しく体を動かしませんか
日 11月14日(土)・21日(土)・28日(土)
【ZUMBA】
時 午前9時50分から10時50分
持 室内用運動靴、タオル、飲み物
※動きやすい服装で参加してください。
【リンパストレッチゆるトレ】
時 午前11時10分から午後0時10分
持 ヨガマット、タオル、飲み物
※動きやすい服装で参加してください。
【いずれも】
所 生涯学習センターいわなび（4西1）
¥ 各500円
申 問 開催日の前日までに、大場さんへ
☎090-5986-8307

手打ちそば教室

日 11月21日・28日、12月5日・12日（全4回。いずれも土曜日）
時 午後1時から4時（11月28日は午前10時から午後1時）
所 日東建設㈱2階 そば打ち道場（駒園3）
定 8人（申込順）
¥ 4千円（材料代、テキスト代込）
持 エプロン、タオル3枚、バンダナまたは日本手ぬぐい、上履き、A4サイズ程度の容器2個
申 問 11月16日(月)までに、江良さんへ
☎090-5222-0629

手打ちそば体験教室

日 11月23日(祝)・29日(日)、12月6日(日)・13日(日)
時 正午から午後4時
所 幌向総合コミュニティセンターほっとかん（幌向南1-1）
定 各日6人（申込順）
¥ 各日2千円（材料代、テキスト代込）
持 エプロン、タオル4枚、バンダナまたは日本手ぬぐい、上履き、A5サイズ程度の容器2個
申 問 11月10日(火)までに、吉田さんへ
☎080-2863-0079

無料 WINDS・BAND レルシア第28回定期演奏会

日 11月15日(日)
時 午後1時開場、1時30分開演
所 栗沢市民センター（栗沢町北本町168）
問 小笠原さん
☎080-9614-0997

こども食堂スマイル

内 こども同士でも安心して入れる食堂です。大人の方も大歓迎
献立 チキンカレー、サラダ、デザート
※アレルギー対応はしていません。
日 11月21日(土)
時 午前11時30分から午後1時30分
所 天理教夕張大教会（9西6）
定 50人（先着順）
¥ 300円（高校生以下無料）
問 藤田さん
☎070-5604-0628

無料 岩見沢◎まつりブラスウィンターコンサート2026

日 11月21日(土)
時 午後3時30分開場、4時開演
所 自治体ネットワークセンター（有明町南1）
問 梅田さん
☎080-6062-9944

第25回創作太鼓発表会

日 11月22日(日)
時 午後0時30分開場、1時開演
所 まなみーる文化センター（9西4）
¥ 500円（未就学児無料）
問 松井さん
☎080-6061-8970

第41回岩見沢人形劇フェスティバル

内 ワークショップや人形劇、手遊び
日 11月22日(日)
時 午後1時から3時
所 南コミュニティセンター（南町80）
¥ 500円（3歳以下無料）
問 本間さん
☎090-4876-1162

催し

会員募集

サークル名	ミッシー
内容と連絡先	女性だけの卓球クラブ 健ポ ☎24-3630　長尾さん
活動日時	毎週火曜日 10:00～12:00
活動場所	生涯学習センターいわなび（4西1）

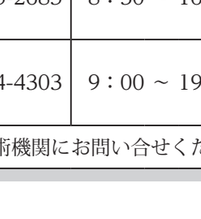
「催し」「参加者募集」「会員募集」は、申し込み順に掲載します。紙面の都合上、応募のあったすべてを掲載できない場合があります。なお、開催日または申込期限が2月1日から4日のものは1月号での掲載となります。

作品紹介

川柳

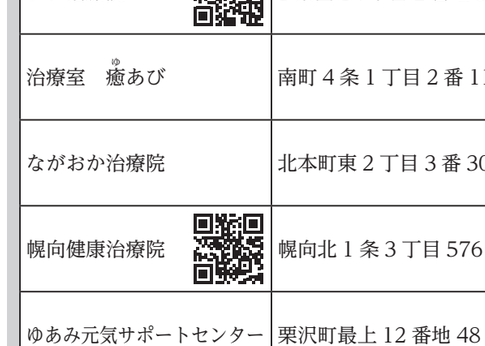
身だしなみ男も化粧世の流れ

黒澤 渉 さん



写真

近ごろ顔なじみ！？オオカマキリ



田崎 保明 さん

市は、視覚に障がいのある〝あん摩マッサージ指圧師、〝はり師、〝きゅう師、の社会参加を応援しています!

施術機関名	所在地	電　話	営業時間	休業日
井手指圧治療院	7条西4丁目8番地	22-5375	9：00～15：00	日曜日
さくら鍼マッサージ治療院	5条東3丁目3番地24	24-3799	8：00～18：00	月曜日、第2・4・5日曜日
ジン治療院	1条西14丁目2番地5	22-8535	9：00～18：00 ※休日は正午まで。	日曜日、祝日
治療室　癒（ゆ）あび	南町4条1丁目2番11号	38-5234	9：00～18：00	火曜日
ながおか治療院	北本町東2丁目3番30号	25-0238	9：00～19：00	日曜日、祝日
幌向健康治療院	幌向北1条3丁目576番地64	26-3899	10：00～19：00	木・金曜日、第5水曜日
ゆあみ元気サポートセンター	栗沢町最上12番地48	45-2685	8：30～16：30	土・日曜日
吉井治療院	日の出町 417	24-4303	9：00～19：00	日曜日

所在地に誤りがあったため訂正しました

※年末年始は休業日が異なる場合があります。詳しくは、各施術機関にお問い合せください。