

みんなのひろば

7月号の締め切りは、**6月7日(金)**です

参加者募集

ボディバランススウォーキング
1日体験講座

誰でも楽しくできる室内運動です。夏に向けて心も体もリフレッシュしませんか。

6月15日(土)
午前10時30分から11時40分

まなみ(る)9西4)

500円
大きめのバスタオル、汗拭きタオル、飲み物、上靴

動きやすい服装で参加してください。

対馬さん
08001559516840

直感力アップ講座

自分の直感力を高めて、自身

美ママになるための整理収納&プチメイクレッスン

リバウンドしない整理収納の方法とコツ、短時間で美ママになるためのメイク方法を身につけてみませんか。

6月19日(水)

講師 志文町内。詳細は受付時にお知らせします)

4人(申込順)

5千円(テキスト、メイクブラシセット代を含む)

6月17日(月)までに、

富士さと子さん(見た目と暮らしのアドバイザー)へ

友の会フエア

3/4の生活をめざして

お金や物、時間、エネルギー

の生活に取り入れてみませんか。

6月15日(土)

午後1時から3時

ナカノタナ(4西2)

10人(申込順)

2千500円

0901951615873

福田さん

など、我が家の適量をつかんでいますか。

6月25日(火)

午前10時から午後3時

岩見沢友の家(2西12)

200円

0255203月・水・木・金

武田さん(岩見沢友の会内)

裏千家子ども茶道教室

7月13日(土)

午前10時から11時30分

まなみ(る)9西4)

200円(教材費)

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

当日会場で徴収。

みなさんの活動をお知らせしませんか

市民の皆さんが日ごろ活動している団体やサークルの催しなどをお知らせしたり、新たな会員を募集したりして、活動の輪を広げませんか。掲載を希望する場合、掲載希望月の前月の7日まで(7日が土・日曜日、祝日の場合はその直前の平日まで)に原稿を持参してください。なお、内容によって掲載できない場合がありますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。原稿は、申込順に掲載しますが、限られた紙面のため、掲載できない場合や掲載内容を省略する場合がありますので、ご了承ください。提出・問合せ先 市秘書課広報係

会員募集

サークル名	内容と連絡先	活動日時	活動場所
フラサークル オラマウ	フラダンス 090 1526 4323 山口方	金曜日(月3回) 13:30 ~ 15:00 随時無料体験。	生涯学習センターいわなび (4西1)
ひまわり会	ひゃっぴい体操 23局2721 中野方	毎週金曜日 13:30 ~ 15:30 随時無料体験。	
リフレ体操	ストレッチ体操、 レクダンス 24局7586 浦下方	毎週木曜日 19:00 ~ 20:30 随時無料体験。	
さわやか 健康クラブ	一般男女水中体操 22局6313 寺西方	毎週水曜日 13:30 ~ 14:30	市温水プール (9東2)
フレッシュ スイミングクラブ	一般男女水泳の基 礎から 23局4426 川東方	毎週水曜日 12:00 ~ 13:00	
シルバー スイミングクラブ	熟年と高齢者の ゆったり水泳 26局3473 岩下方	毎週木曜日 12:00 ~ 13:00	
スポーツ チャンバラ協会 岩見沢支部	スポーツチャンバラ 080-6087-7061 中鉢方	毎週水曜日 18:00 ~ 20:00 随時無料体験。	イベントホール 赤れんが (有明町南1)
太極健身学舎 華陽会	伝統楊式太極拳と 健康体操 22局5132 青野方(午前中)	火曜日(月3回) 10:00 ~ 11:45	スタジオ クティール (2東2)
フラサークル ハウオリ	フラダンス 090 1649 5280 二ツ川方	金曜日(月3回) 10:15 ~ 11:45 随時無料体験。	栗沢文化 センター (栗沢町南本町23)
南町わらべ太鼓	幼児から高校生ま での方の和太鼓 090-6993-4213 山田方	毎週火・土曜日 19:00 ~ 21:00	志文小学校 (志文町158)

演奏会を午後1時まで開催。
長沼さん(パソコン教室)コス
モス内) 32局0811
オペラシアター「こんにやく座」
「ネズミの涙」

米粒より小さい。けれど、地球
より重い。
6月25日(火)
午後6時30分
まなみ(る)9西4)
鑑賞には演劇鑑賞会への入会が
必要です。
工藤さん(岩見沢演劇鑑賞

会) 25局0856(火曜日から
金曜日の正午から午後6時30分)
いわなび健康講座
人は血管と共に老いるその血圧値、
コレステロール値は大丈夫ですか?
6月29日(土)
午後2時から3時

生涯学習センターいわなび
(4西1)
講師 酒井寛人さん(北海道中央
労災病院第二循環器科部長)
100人(先着順)
無料
吉永さん(生涯学習センター
いわなび内) 24局2333

フリーマーケットやスタンプ
ラリー抽選会、ステーション発表な
どイベントが盛りだくさん。
6月22日(土)
午前10時から午後3時
であえる岩見沢(4西3)
ぶらつとパーク(4西2)で吹奏

街中マーケット
前日までに、山本さん(北海
道中央労災病院内)へ
22局1300

生活習慣病予防教室
高血圧予防に、おいしく続けら
れる塩分控えめ食生活のコツ
6月10日(月)
午後6時30分から8時
北海道中央労災病院(4東16)
講師 大山由美子さん(管理栄養
士)
300円
前日までに、山本さん(北海
道中央労災病院内)へ
22局1300

花バサミまたはキッチンバサ
ミ、お花を入れる袋、台拭き用
タオル
開催日の3日前までに、秋
元さんへ
0901621014444