



8月号の締め切りは、**7月9日**です

□催し

健康セミナー

日 7月5日(木)・19日(木)  
 時 午後1時30分から2時30分と  
 午後6時30分から7時30分  
 所 ゆらら(上幌向南1-1)  
 料 無料

ゆららへの入館料が必要。おみやげが付きませす。

申問 前日までに市川さんへ  
 ☎090-9085-9402

合唱団「第34回うたの夕べ」

日 7月7日(土)  
 時 午後1時開場、1時30分開演  
 所 まなみ(9西4)  
 料 大人500円、小中高生300円  
 山崎さん ☎24局2763

愛犬健康セミナー

日 7月8日(日)・29日(日)  
 時 午後1時30分から3時  
 所 ナカノタナ(4西2)  
 対 犬を飼っている方、犬の健康に興味がある方  
 料 300円(定) 各日30人申込順  
 申問 前日までに遠藤さんへ  
 ☎080-3293-8916

押し花展

日 7月15日(日)から31日(火)  
 時 午前9時から午後5時  
 所 利根別原生林ウォーキングセンター(緑が丘73)  
 休館日は月曜日。月曜日が祝日の場合、翌日。  
 料 無料  
 申問 若林さん(利根別原生林ウォーキングセンター内)  
 ☎32局2488

街中スタンプリー&マーケット

内 親子で楽しめる体験教室、スタンプリー、マーケット、スティージでのイベントなど。  
 日 7月21日(土)  
 時 午前10時30分から午後3時  
 所 であえる岩見沢(4西3)

無料 松川さん

☎090-3897-1797  
 転倒予防セミナー  
 日 7月21日(土)  
 時 午後2時から4時  
 所 まなみ(9西4)  
 料 無料(定) 50人申込順  
 講師 横井健二さん(理学療法士)  
 申問 幸嶋さん(岩見沢市立総合病院内)へ ☎22局1650

岩見沢フチハンド&癒し系フェア

内 ビーズアクセサリ、雑貨などの販売や占いなど、たくさんコーナーがあります。  
 日 7月22日(日)  
 時 午前11時から午後5時  
 所 ZAWAハウス(4西2)  
 申問 福田さん  
 ☎090-9516-5873

参加者募集

日 7月7日(土) クリームパスタ  
 日 7月14日(土) さんまの甘酢あんかけ  
 日 7月28日(土) にんじんケーキ  
 時 午前10時から正午

こどもお料理教室

日 7月10日(火)  
 時 午後1時15分から2時45分  
 所 ZAWAハウス(4西2)  
 定 15人(申込順) 1千円  
 持 汗ふきタオル、飲み物、ヨガマットまたは厚手のバスタオル  
 当日は、動きやすい服装で参加してください。  
 申問 福田さん  
 ☎090-9516-5873

Cafeばんがれ(4西2)

対 未就学児は1回880円、3回とも参加で2千400円 小学生は1回980円、3回とも参加で2千700円  
 未就学児は保護者同伴。  
 定 各日5人(申込順)  
 申問 開催日の3日前までに、藤田さん(Cafeばんがれ内)へ  
 ☎35局4995

ヨガヒーリング&リラクゼーション

日 7月10日(火)  
 時 午後1時15分から2時45分  
 所 ZAWAハウス(4西2)  
 定 15人(申込順) 1千円  
 持 汗ふきタオル、飲み物、ヨガマットまたは厚手のバスタオル  
 当日は、動きやすい服装で参加してください。  
 申問 福田さん  
 ☎090-9516-5873

ダンベルエクササイズ

内 ダンベルエクササイズの目的と効果についての講義を受けた後、実技も行います。  
 日 7月10日(火)  
 時 午後1時30分から3時  
 所 北海道中央労災病院勤労者予防センター(4東16)

定 30人申込順 500円  
 申問 山本さん(北海道中央労災病院勤労者予防センター内)へ  
 ☎22局1300

利根別原生林ウォーキングセンターの催し

【利根別の森観察講座Ⅱ】  
 日 7月12日(木)  
 時 午後1時30分から3時30分  
 当日は、帽子を着用し、作業用の服装で参加してください。  
 【オオハンゴンソウ駆除活動】  
 日 7月29日(日)  
 時 午前9時30分から正午  
 当日は、帽子を着用し、作業用の服装で参加してください。  
 【昆虫観察会】  
 日 8月5日(日)  
 時 午前9時30分から正午  
 当日は、帽子を着用し、白っぽい服装で参加してください。  
 料 300円

「いざれも」

所 利根別原生林ウォーキングセンター(緑が丘73)  
 申 当日、会場  
 問 北本さん(利根別原生林ウォーキングセンター内)  
 ☎32局2488

夏だよ！親子で流しそうめん・シャボン玉！  
 内 絵本の読み聞かせをしたり、木のおもちゃで遊んだりもでき

ます。家事や育児、食べ物や環境のことをおしゃべりしませんか。

日 7月26日(木)  
 時 午前10時30分から午後0時30分

岩見沢友の家(2西12)  
 対 小学2年生以下の子どもと親  
 料 大人1人につき100円  
 申問 前日までに伊藤さんへ  
 ☎080-11878-7016

□会員募集

サークル名	内容と連絡先	活動日時	活動場所
シルバースイミングクラブ	60歳以上の水泳 26局3473 岩下方	毎週木曜日 12:00 ~ 13:00	市温水プール (9東2)
岩見沢ミッキークラブ	心身に障がいを持つ子どもと親と一緒に楽しむ水泳 22局5245 熊谷方	毎週木曜日 16:00 ~ 17:00	
岩見沢ミニバスケットボール少年団	ミニバスケットボール 090-6871-1066 竹村方	活動日時や活動場所の詳細はお問い合わせください	
マロニエ会	油絵の会 22局4559 大竹方	月3回 水曜日 13:00 ~ 15:00	イベントホール赤れんが (有明町南1)
スマイルダンスサークル	社交ダンス 25局5171 畠中方	毎週木曜日 12:50 ~ 14:50	
フラワーアレンジサークルピーチツリー	フラワーアレンジメント体験可 080-3262-7792 白倉方	毎週水曜日 10:30 ~ 12:00 13:00 ~ 14:30 18:30 ~ 20:00	
ダンスカレッジ畑中	社交ダンス 090-9758-4532 畑中方	毎週火曜日 13:00 ~ 14:00	
岩見沢健康体操教室(IKT)	中高齢者の健康体操 随時無料体験 22局2794 横山方	毎週水曜日 10:00 ~ 11:30	
社交ダンス仲良し会	社交ダンス 26局5213 佐藤方	毎週月曜日 12:30 ~ 14:30	
岩見沢太極拳協会	気功太極拳 無料体験可 25局5741 矢内方	月3回 金曜日 10:00 ~ 11:30	

内:内容 日:期日・期間 時:時間 所:会場・場所 対:対象 定:定員 料:参加料などの料金  
 方:申込や申請等の方法 持:持ち物・必要な物 申:申込先 問:問合せ先