

きたかみ子育てネットの活動

3月24日 岩手日日新聞にイベント記事掲載

5月9日 子育てサークル代表者会議

5月9日 | BCラジオ「新米ママの井戸端会議」電話出演

6月12~13日 子育てサポーター養成講座

5月26日 社会福祉協議会評議委員会

今後も子育て環境が良くなることを目指し活動していきます！

いわて・北上名産、二子さといもでつくったお菓子

かきや菓子舗

北上讚菓

有限会社 かきや菓子舗本店  
北上市堤ヶ丘 2-9-1  
Tel. 0197-65-3531

二子さといもかりんとうまんじゅうもごさいます

子育てママを応援するパーキング！

新町商店街にお越しの際は、**湊屋駐車場へ！**

契約店は1時間無料となります！  
契約店の指定場所にも駐車できます！  
お問い合わせは64-4842まで  
午前9:00～午後6:00までの営業

月極駐車スペースもあります！

協賛のお願い

きたかみ子育てネットは北上市の子育て環境をより良いものにするため、平成16年に発足しました。平成25年3月に一旦活動を休止しましたが、同7月に新メンバーのボランティアによる活動を再開しました。会報誌をそれまでの「わらしえんど」から「cache cache (カシュカシュ)」とタイトルを替え、部数を3,000部に増やして年5回の発行を目指しています。会報誌の印刷は市内外の事業所様からの協賛金でまかなっており、また補助金等による各種イベントを開催し、ママたちのネットワークを形成しています。活動趣旨にご理解いただき、ご支援・ご協力いただける企業・市民の方はご連絡いただくと嬉しいです。

問合せ・・・Tel. 090-7332-1039 (高橋)  
mail info@kitakoso.babymilk.jp

協賛金・・・1口 5,000円/年 (5×9センチの広告枠付き)  
1口 3,000円/年 (個人向け・広告なし)

振込先・・・北上信用金庫 普通 口座番号 1266756  
名義：きたかみ子育てネット 代表 高橋 夏江

cache cache

想い出の君

2014.JUN Vol.4

### まちづくりチャレンジ補助金助成事業

### 地産地消で食育!

3月22日に生涯学習センター調理室にて、「イチゴ大福とみたらし団子作り」を開催しました。定員を超える親子24組が参加。北上市食生活改善推進協議会から講師3名をお招きし、家庭では作れそうで作らない和菓子作りを楽しみました。

上新粉ともち粉はファミリー農園の佐藤さんから無償提供いただきました！(ヤマザキショップ北上岩崎店など市内産直にてお求めいただけます)

小さなお子さんでも作れるように、湯のみ茶碗にラップを敷き、大福の餅を広げてあんといちごを包んだら、茶巾絞りのようにラップをキュッと締めつけて作りました。これなら手も汚れないし、簡単ですね。レシピと作り方を参考に、ぜひ親子でチャレンジしてみてください。



#### レシピ

- |               |             |
|---------------|-------------|
| ★みたらし団子 (5人分) | ★イチゴ大福      |
| 上新粉・・・100g    | 上新粉・・・100g  |
| もち粉・・・100g    | もち粉・・・100g  |
| さとう・・・大さじ2    | さとう・・・大さじ2  |
| 片栗粉           | こしあん・・・200g |
| 水・・・100ml     | イチゴ・・・10個   |
| さとう・・・大さじ2    | 片栗粉         |
| しょうゆ・・・小さじ1   |             |

#### 作り方

- ①ぬるま湯で粉を混ぜ、耳たぶくらいの柔らかさにまとめる。
- ②たっぷりの湯を沸かし、小分けにした団子を茹でる。浮き上がるまで茹でたら冷水に取り、粗熱を取る。
- ③水気を切り、よくこねる。
- ④片栗粉(分量外)で丸く形を作る。
- ⑤くしに刺し、フライパンにクッキングシートを敷き、団子を焼く。
- ⑥みたらしあんを作る。水を沸騰させ、さとうとしょうゆを加える。水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ⑦団子にあわせて出来上がり。

イチゴ大福の餅も同様に作り、片栗粉でまぶしながら餅を広げ、こしあんといちごをラップで包んで形を整える。

和菓子作りで楽しむ

きたかみ子育てネットは、子育てママの交流の場として、毎月1回、親子で楽しむ「和菓子作り」を開催しています。今回は、お菓子作りを通して、親子の絆を深め、地域交流を促進することを目的としています。

★岩手日日に掲載されました

### 北上さくら染め 和の衣 さとう

きものことならどんな事でもおまかせ!!

眠っている着物も今風にコーディネート  
又、シミ抜き、お直しなど何でもご相談ください

気軽に着物で出かけてみませんか  
だれでも簡単着付け教室 生徒募集中

北上市鍛冶町1-9-10  
TEL 0197-64-0843  
<http://www.wanokoromo.com>

### 佐藤 美津子先生

前結び きの和装学園認定優良教室 高等師範の佐藤美津子先生は、きものカラーコーディネーターの有資格者です。  
北上市のさくらまつりで毎年開催されている「着物で桜並木を歩こう」やさくらホールで昨年開催された「ダンスカンパニーコンドルズと一緒に踊る、さくら盆ジュール大会」等のイベントで着付けを担当されています。



写真左がさとう先生です。

いきいき岩手支援財団「岩手子ども希望基金」助成事業

## 北上弁で着付け教室

前結びなので簡単にできちゃうと大人気の、さとう先生の着付け教室がリーズナブルに受講できます。いろんな帯結びをマスターできますよ。  
自分の着物を使うので、買わなくてOK! (お太鼓用に2,000円程度かかる場合があります)

先生と同じようにするだけで無理なく覚えられます。入園式や入学式は着物でGO!

9月以降の開講を予定しています。詳細が決まりましたら、きたかみ子育てネットのホームページやFacebookにてお知らせします。

日時：9月～11月予定 (全10回)  
場所：さくらホール  
持物：着物、帯、襦袢など  
費用：5,000円  
対象：高校生までを子育て中のママ

## 書いて覚える! 塗って楽しむ!

着付け教室で伝統文化を学んだ後は、方言について座談会を開催します。  
みんなで選んだきたかみ弁ベスト30をドリル形式にして、市民に無料配布します。  
県外から転入されてきた親子も、方言を知らない北上市民も、ドリルで勉強しましょう。ぬりえになっているので、親子で楽しめますよ。



おぼえっぺし



やさしく見守る、安心の空間。赤ちゃん休憩室&授乳室OPEN!  
思いっきり、みんなで遊べるキッズルームも大好評!

ますます使いやすくなったさくらホールに、ご家族揃って遊びにきてください。

- ・赤ちゃん休憩室&授乳室は無料でご利用いただけます。
- ・キッズルームは一時間400円でご利用いただけます。



北上市文化交流センター さくらホール  
〒024-0084 岩手県北上市さくら通り二丁目1番1号  
営業時間：9:00～22:00 TEL：0197-61-3300

いい日、いい友、いい暮らし。

**PAL**  
江釣子ショッピングセンター・パル  
〒024-0072 北上市北鬼柳19-68  
☎0197-65-2511(代)  
PALホームページ <http://www.ee-pal.com>

バル/1F東側  
ひとりでもできるもん♪  
**キッズトイレ**

バル/2Fベビー用品売り場  
**ベビー休憩室**  
イオン/2Fベビー休憩室では...  
毎週日曜日 午前11時～午後4時  
無料育児相談会を開催してあります。

バル/1Fジョイスタジオ向い  
**ちびっこ広場**  
【対象年齢：5歳未満】

バル/1F中央  
パルもおまつ替え・ミルクOK!  
**赤ちゃん休憩室**

**AEON**  
イオン江釣子店  
〒024-0072 北上市北鬼柳19-68  
☎0197(65)2711  
☎0120-663662

### 薬王堂&グリコグループ 子育て応援特別企画

## Hello Baby Vol.5 立ち合いだけじゃない! 夫婦で迎える初めてのお産 からだ・こころ・もの 準備のコツ 助産師が教えます!!

日時：平成26年8月2日(土)  
AM10:00～12:00

場所：さくらホール

講師：



北上市  
にごこ助産婦  
八重樫重子先生



花巻市  
いずみ助産院  
佐藤美代子先生

内容：夫婦で出来る妊娠中の身体づくり  
お産のシュミレーション  
体験型の講座開催  
対象：初めて赤ちゃんを迎えるご夫婦 (ペアでご参加下さい)  
応募：7月25日(金)まで 先着20名

参加ご希望の方は、専用の参加申込書に必要事項ご記入の上、FAXでお申込みください。

【お問合せ】

アイクレオ(株) 仙台営業所

担当：百瀬(ももせ)・石川

TEL 022 (292) 1731 FAX 022 (292) 1732



夫婦一緒に勉強して不安解消!元氣な赤ちゃんを迎えましょう

### 子供向け知育教室 えでゆ

- ☆幼児コース：親子で音楽遊びやゲームを通して、「もじ・ことば」「かず・かたち」を学びます。
- ☆小学校準備コース：国語・算数の導入。授業形式で行い、学習に慣れることを目指します。

お問い合わせ **070-5323-3005**

### <放課後英語クラブ シャイン>

- ♪4歳のお子さんからお預かりします。
- ♪英語を取り入れながら造形活動・おやつ作り・音楽遊び・運動遊びをします。
- ♪ピアノやダンスのレッスンも含まれます。

### <学童保育 きらら>

- ♪黒沢尻西・東・北小学校と飯豊小学校のお子さんをお預かりします。
- ♪家庭的な雰囲気の中、英語を取り入れた保育をします。学習サポートもします。



シャインときらら 070-5323-3005 <http://shine-kirara.com>

# 夏に備えて！ 心&身体ケア



- カラダを動かした後はこだわりのお水で淹れた美味しいお飲み物でゆっくりくつろぐことができます。
- Wi-Fiフリーでお席にはコンセントがございますのでPC・タブレット・スマートフォンとご自由にお使い頂けます。

**Ripple!** C&F&FITNESS

〒024-0061  
北上市大通り 2-8-14  
TEL: 0197-61-4100  
URL: <http://ripple-mashup.com/>  
営業時間: 9:00 ~ 21:00  
定休日: 不定休

**リラクゼーションサロン プレジール Plaisir**

心と身体はひとつ!!

業務内容  
ベビーマッサージ  
子守付き施術  
心と身体の健康体操

※その他各種業務も運営しております

有限会社ウィーズ  
TEL/FAX 0197-64-6464  
〒024-0032岩手県北上市川原3丁目16-32さくらハウスB  
ホームページ <http://k-plaisir.com> メールアドレス info@k-plaisir.com

マイクロアルジェは、どれだけ人間を幸せにできるだろう。

おいしく飲んで健康づくり!

**風っ子くうば**  
【ヨーグルト味・リンゴ味】

元気なお子様応援します。岩手クロススタニン販売(株)  
TEL: 0197-64-2264 北上市北鬼柳 33-35

心も身体も美しく健やかに・・・  
海の雫は子育てママの応援団♪

毎日頑張ってるママ。疲れていませんか? 今日笑えましたか?  
海の雫は心と身体を両面からケアするアロマセラピーサロンです。  
抱っこ疲れの身体のつらさ。育児に悩む心のつらさ。  
ケアしたくなったら海の雫へ! いつでもあなたをお待ちしています。

施術メニュー  
アロマセラピー (20分) ¥1890 ~  
レインドロップ (80分) ¥8400  
エンジェルカード (20分) ¥2750 ~  
心理カウンセリング (60分) ¥5250  
他、エステメニューやスピリチュアルメニューも多数ご用意。  
詳しくはHPへ

営業時間: 10時~19時 定休日: 木曜日 駐車場: 有り 北上市柳原町5-14-22 (さくらホール第2駐車場前)  
サロンご予約・お問い合わせ 0800-800-5679 (当日予約可・ショップは予約不要) <http://aromashizuku.com>

アメリカ大好きなオーナーが、大好きなアメリカの商品を発信中♪

◎商品リクエスト受付中(直接海外からの仕入れも可能)  
◎COSICOコストコ商品も直々買いに行きます  
◎Made in USA商品にはめがありません!

当店の一押し商品は【doTERRA】のエッセンシャルオイル  
doTERRA(ドテラ)とは「地球からの贈り物」という意味があります。  
ドテラは、自然の恵みがギュッと濃縮された純度・品質ともに高グレードなエッセンシャルオイル製品です。  
このエッセンシャルオイルは、植物の根・樹皮・葉・花などに含まれる天然の芳香化合物で、美しく強い香りを持つ精油です。高純度で安全な製品をお届けするため、独自の厳格な品質基準(CPTG)を設け、妥協をゆるさず細心の注意を払って抽出した100%天然の精油で植物の力を強める増量剤等の添加物や産業廃棄物は一切含まれていません。

◎商品買付付、年末年始以外は営業しています!!  
〒024-0061  
北上市大通り1-3-1 おでんせプラザくろーぶ1F  
TEL 0197-72-7475  
<http://opstyle.jp/kitakami/shops/86615>

# どれにする? 習い事



**ヤマハ音楽教室・ヤマハ英語教室**

4月・5月開講クラス  
無料体験レッスン実施中  
定員がありますので  
お早めに!

TEL. 63-3408  
050-3563-6578

ハーモニーセンターキタショウ  
北上正時堂  
さくら通り 2-10-19

東京ヴェルディ1969公認支部  
《ヴェルディサッカースクール岩手》  
随時会員募集中

<http://www.verdy-hanamaki.com/>

★キッズ たかき校・花巻校・北上校  
★ジュニア 花巻校・北上校  
★ジュニアチーム  
★ジュニアユース

問合せ先  
㈱アスピレーション2003  
TEL 0197-65-1719

国際空手道連盟 極真会館  
International Karate Organization Kyokushinkaikai

お問い合わせ  
TEL 019-647-3351  
北上道場稽古場所

火曜日: さくらホール  
18:00 ~ 19:15  
土曜日: 黒沢尻北地区  
交流センター  
17:30 ~ 18:45

極真岩手 検索

**たぐじしよ**

24時間家庭託児保育所 ナーサリールーム 0歳児専門

**MO MOMO 花hana Hag Hag**  
BABY-CLUB BABY-CLUB BABY-CLUB

月契約・一時保育・学童保育 お気軽にお問合わせ下さい  
TEL 0120-14-0703 <http://baby-club.jp/>

考える種を育てよう  
**藤井英数教室**  
Since 1977

自ら学ぶ態度とエネルギーを養おう!  
基礎から応用まで、じっくり、しっかり!  
何よりも大切なのは、強く優しい心!

北上市本石町 1-2-23 ☎/fax 0197-64-3323  
<http://www.8.plala.or.jp/FKclass-1977>

さくら野そばにある藤井英数教室さんの対象学年は小学生から高校生まで。  
テスト10日前になると、日曜や祝祭日にも無料の対策授業を行ってくれるのはうれしいですね。  
クラブと両立できる時間設定がされているので、無理なく続けられますよ。小学校から高校まで継続して通う方が多いそうです。つまづきは早いうちから解消したいですね。  
もうすぐ夏休み、まずは体験学習に参加してみませんか? 受講料などは、教室までお問い合わせください。

## 合格実績

- 盛岡一高、花巻北高、黒沢尻北高、翔南高、専大北上高校 他
- 東北大、弘前大、秋田大、電通大、国際基督教大、学習院大、明治大、立教大、岩手医大、防衛大看護 他





# 子どもたちに世界の子どもたちと話す場をつくらう！ 「世界こども会議」北上準備室サポーター大募集！

「子どもたちが北上にいながら世界の子どもたちと英語で仲良くおしゃべりできる場をつくりたい！」そんな想いからこのプロジェクトが立ち上がりました。世界の子どもたちと繋いでくれるのは「岩手県青年海外協力隊のB会」の皆さん。実際に世界で支援活動をし続けてきたエキスパートです。現在、準備室メンバーを募集していますのでご興味のある方は、きたかみ子育てネットの高橋代表か私までご連絡ください。

代表理事 登内 芳也 (とのうち よしや) ※北上に単身赴任中  
お問合せ先 ・Eメール [tonouchi@tomodachi.in](mailto:tonouchi@tomodachi.in) ・facebook「yoshiya.tonouchi」で検索



## 金ヶ崎アスパラ収穫祭



アスパラ PR 大使任命！



「ガスくん」お披露目

5月31日に金ヶ崎町でアスパラ収穫祭が行なわれました。金ヶ崎のゆるキャラ、アースくんとパーラちゃんに子どもが生まれ、奥野ひかるさんがライブを行なうというので、行ってまいりました。

ひかるさんはいつも増してパワフルなステージで、会場を爆笑の渦に包んでおりました。

アスパラガスのPR大使にも任命され、「アスパラパラパラパラダイス」を熱唱。完成度が高い！北上市も負けてられません。

実は奥野さんは、きたかみ野菜PRソングを作ってくれたのです。その名も「北上特産！ベジッコレンジャー」。二子さといも、せり、りんご、アスパラを題材としています。

この歌をバックに北上の特産品をPRするのは、子どものヒーローであるベジッコレンジャーなのです。

奥野さんが歌い、プロが振付けをしたダンスをコナミスポーツのキッズダンスチームに踊っていただくことになり、夏油高原新緑まつりにて初舞台を踏んだのでした。

coming soon



ベジッコレンジャーの初舞台の様子はP5に掲載しているよ！

### 夏油高原新緑まつり

6月7～8日に夏油高原新緑まつりが開催されました。あいにくの雨でしたが、STRIDER試乗会に参加してきました。STRIDERとはペダル、ブレーキのない自転車でハンドルが360度回転します。

「またがってサドルに座り、地面を蹴って進む」ということを瞬時に理解できるように設計されています。バランスと集中力が向上するそうです。

夏油高原では、レース開催を検討中ですので。



特大ふわふわ&トランポリン  
おいしい食事と天然温泉！



週末は家族みんなで遊びたいぞー！

## げとう 夏油高原リゾート

夏油高原グリーンシーズン 総合案内 0197-65-9000



大地の恵みを  
enjoy 楽しむ  
smart 賢く  
cool 美味しく  
食卓へうるおい野菜を春夏秋冬中

北上市相去で野菜を生産・販売している、「うるおい春夏秋冬（ひととせ）」さんの農場を見学させて頂きました。

どんな野菜に成長するんだろう？と新しい品種をワクワクと楽しみながら育て、その季節ならではの野菜を美味しく提供できるようにと土づくりから日々研究を重ね、子どもたちに自分もやりたい！と思って貰えるようなかっこいい農業を目指す！と熱くお話をしてくれた高橋さんと佐藤さん。ロゴも素敵ですね！

そして注目すべきは手掛けている野菜の種類、なんとその数40種類以上！

水耕栽培のリーフレタス、サンチュをはじめ、みたことのない色のトマト！他にはそらまめ・ブロッコリー・ネギ・キャベツ・茄子・生姜・・・アイスパラントや白にんじんミラノかぶなどもあるようです。どんな野菜なの！？

1年を通して春夏秋冬、食卓を楽しませてくれそうですね！



ブルードマト



そらまめ

空に向かって実がなるからそらまめって言うんだよ！と高橋さん



リーフレタス



水耕栽培のしくみを見せてくれる佐藤さん

### うるおい春夏秋冬さんの野菜は 以下の店舗でお求めいただけます



- ジョイス鬼柳店
- ジョイスアピア店
- 産直あぜみち
- さくら野百貨店
- イオンスーパーセンター 金ヶ崎産直館

うるおい春夏秋冬さんの野菜は学校給食の食材として提供されることになりました。また、ARIV様他、市内飲食店さんのメニューにも使われていますよ！



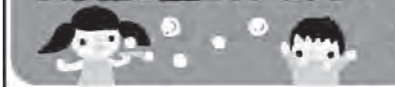
Vegetable producers  
高橋 賢  
佐藤 昌平

080-4004-8829 (代表:高橋)  
dance.in.the.dark@nifty.com

ヤマザキショップ北上岩崎店

### 産直いわさき

cache cache ご持参の上  
500円以上お買い上げで  
お子様に粗品プレゼント！



北上市和賀町岩崎29地割38-1  
電話：0197-73-7920

## 馬場農園

小菊・レタス・小ねぎを育てています

農園見学随時、農業体験各種イベントやっています！  
基本的にウエルカムな農園なので、気軽に連絡ください  
農園主も3児の子育て奮闘中です！



所在地：北上市相去町日香下57  
TEL:090-4319-6842  
E-mail: [babanouen@kde.biglobe.ne.jp](mailto:babanouen@kde.biglobe.ne.jp)  
HP: <http://d-edriophthalma.wix.com/babanouen>

パートさん  
募集中です！

お気軽にお問い合わせください(▽)






〒024-0032  
岩手県北上市川岸3-15-20  
0197-63-3033 (fax)  
<http://chiryutei.jp/>

営業時間  
平日 am11:30~pm2:00  
其 pm5:00~pm9:00  
休 日 30分 (お昼休憩と兼ねる)

# 江釣子屋

小さいお子様をお連れの  
ママさん安心。  
おむつ替えベッドがあります。





北上市本通り1-5-31 (北上信用金庫様本店隣り)  
ご予約 0197-61-0822  
ホームページ <http://www.ariv.co.jp>

どこに行く?  
ランチ  
ディナー  
からの  
ビール!!



## CITY'S シティズ BEER HALL ビアホール

7/29(火) 30(水) 31(木)  
OPEN 18:00

東北初上陸!!  
世界No.1ポールダンサー  
MASAYO & KAZUYA へ  
KITAKAMI プロロードウェイ 開演!  
シルクドソレイユダンサーと  
シティプラザ北上市のタイアップ企画  
不朽の名作  
『オペラ座の怪人』『キャッツ』  
東北最大規模で大開演  
この夏最高のエンターテインメントをあなたに

Free Drink & Food  
3時間  
前売り券 発売中  
¥5,000




プライベート空間でゆっくり  
**個室料亭**  
和食処日高見では、お客様のご用途、  
ご人数に合わせてご利用いただける  
個室"料亭"をご用意しております。

ロビーラウンジ連  
**ランチ  
バイキング  
好評営業中!**

おひとり様  
**1,100円**

ホテルシティプラザ北上  
〒024-0032 岩手県北上市川岸1-14-1 ☎0197-64-0001 <http://www.cityplaza.co.jp>

ISO 90001 ISO 14001 特定建設業 (電気設備・電気通信設備) 消防施設工事業



# imi 株式会社 アイエムアイ

代表取締役社長 伊見幸子  
代表取締役専務 伊見俊一

本社: 〒024-0072 岩手県北上市北鬼柳2-19-1  
TEL 0197(77)4810 FAX 0197(77)4671  
E-mail: imikitak@ruby.ocn.ne.jp  
URL: <http://www.imi-iwate.com>  
仙台営業所、金ヶ崎倉庫

まちづくりチャレンジ補助金助成事業

### マクロビオティックのスイーツと きれいになる食べ方・出し方



3月14日に花巻市の sobe's cafe にて、  
畠山さゆり代表のお話を伺いながら、マク  
ロビオティックのスイーツをいただきました。  
全てのお菓子は、卵・牛乳・バターなど動  
物性食材を使わずに手作りされています。科  
学添加物も一切使われていません。  
胃腸を元気にする食物は、米・雑穀・栗・  
かぼちゃなど。1年で5キロもの添加物が体  
内に蓄積されるそうなので、味噌は厳選した  
ほうが良いそうです。また、冷えは大敵な  
ので足湯や半身浴、腹巻きで下半身とお腹を  
暖めるようにしましょう。くずには体を温める  
効果があるんです。あずきをこんぶで煮  
て食べると生理が順調になるとか。甘みが欲  
しい時にはかぼちゃをプラス。白い砂糖では  
なく、てんさい糖を使うと良いそう。  
■デトックスお茶会プランは2名から1,380  
円でドリンク飲み放題です。2日前までに予  
約してくださいね。  
ソーベーズカフェ TEL0198-24-7107

真油高原新緑まつり  
キッズダンス  
チームも  
活躍中!



「北上特産!ベジッコレンジャー」のダンスを披露してきました。

nicotto  
ニコット店  
by SPAT KITAKAMI  
TEL 0197-72-5102  
不足休  
10:00 ~ 21:00

北上都心開発株式会社 コナミスポーツクラブ北上  
KONAMI 子供にさせたい習い事No.1★  
**ベビースイミング**

オモチャや音楽を使って  
親子で楽しく水中運動をします!

- 対象 4ヶ月~2歳11ヶ月の  
お子様と保護者の方
- 曜日 月・水・土
- 時間 11:00~11:45
- ※お問合わせ→ 61-4700  
10:00~23:00

見学・無料体験  
大好評実施中!!

無垢一枚板

身近な場所に、ぬくもりがある生活。してみませんか。

岩手の銘木屋

さんもく近江銘木株式会社



**国産の杉でつくった学習机**

子供たちを  
有害な化学物質から  
守りましょう

さんもく近江

塗装はもちろん、無公害植物性自然塗装「オスモカラー」

木で造る幸せ売ります。 一関流通団地内

**SANMOKU** 木の店 **さんもく 近江銘木(株)**

〒029-0132 岩手県一関市涌沢字鶴ヶ沢7-53(一関流通団地内)

さんもく 近江銘木株式会社 TEL0191(21)1131(代) FAX0191(21)1136

当社ホームページもご覧ください。 <http://www.geocities.jp/sanmoku0359/titletop.html>



オリジナルTシャツ  
(ポロシャツ)  
世界でたったひとつの  
オリジナルTシャツを  
作ってみませんか？

色、サイズ見本は各種取り揃えております。あとはデザインを持ち込むだけ！  
誕生日や父の日、母の日、敬老の日等のプレゼント用に1枚からでも作ります！  
文化祭や体育祭のクラスTシャツなど数十枚のオーダーにも対応可能です！  
お子様用に、親子ペアで、いろんなシーンに喜ばれること間違いなしですね。



夏は  
桑そうめん  
健康家族！



さら き くわ ちゃ  
**更木桑茶**

明るく元気な健康家族  
更木桑茶は応援します！！

新だに少量タイプが出来ました。

(株)更木ふるさと興社  
代表取締役 小原孝也

〒024-0103  
北上市更木22-9-2  
電話 0197(81)6136  
FAX 0197(86)3766

更木桑茶(35g入り) ¥525円(税込)  
更木桑パウダー(20g入り) ¥525円(税込)



スポーツをする人を応援するお店

**WaGaSports**

北上市新穀町1-3-22  
TEL 0197-63-3052

黒沢尻西小・黒沢尻東小・鬼柳小  
南小・黒沢尻北小 運動着取扱店

生地の違いを直接確かめて下さい！

確かな車をより安く!「信頼と安心」のJU岩手メンバーショップ

**(有)浅井自動車販売**

ホームページ <http://www.asai-auto.jp/>  
北上市北鬼柳18-62-1

TEL 0197-64-1734 FAX 0197-64-1311



**(有)阿部マイカーセンター**


雨の日の走行は  
ハイドロプレーニング現象  
に注意しましょう

**ARENA** TEL.0197-64-2222

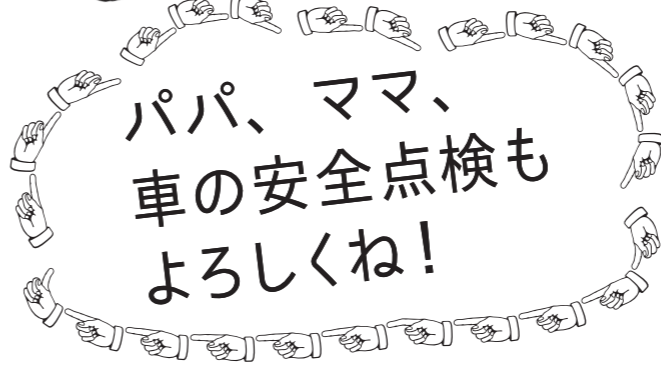
北上市藤沢18地割102番地23(国道4号線流通センター入口)  
<http://abemycar.co.jp/>




きたかみ子育てネット  
ホームページはこちら  
<http://きたかみ子育て.net>



パパ、ママ、  
車の安全点検も  
よろしくね！



えみしが日本～  
世界を駆け巡る！

岩手の隠れた逸品を世界に発信！  
ふるさと応援  
3.11被災地支援活動



軽四輪から大型車まで

**振興タイヤ商会**

〒024-0062 岩手県北上市鍛冶町二丁目7-18  
TEL(0197)63-6337 FAX(0197)63-6339

北上の自然豊かな一軒宿  
3つの異なる源泉かけ流し  
「お帰りの心で  
お出迎え」

**瀬美温泉**

出石手・北上  
源泉かけ流し  
年中無休

夏油高原温泉郷 名湯美人の湯

日帰り入浴・御宴会 3,075円～  
入浴料 大人500円 小人250円  
本館「山吹の花」 6,700円～  
ご宿泊 (朝食付き又は1泊2食付き)  
新館「桐の花」 13,150円～  
ご宿泊 風呂付特別室あり

〒024-0322  
岩手県北上市和賀町岩崎新田1-128-2

宿泊予約承り中  
0197-73-7294

いつでも気軽に  
個室ランチ。

ご予約不要  
※ランチのみ

4F/個室レストラン  
【ランチ 11:00-15:00】  
※2-20名様までご利用いただけます

**ブランドニュー北上** tel: 0197-72-7075

〒024-0061 岩手県北上市大通り1丁目10-1(北上駅より徒歩3分)  
<http://www.brandnew-k.com> info@brandnew-k.com

**古民家カフェ  
ほっこり**

北上市二子町野田43  
お問合せ: 小原佳織 (070-6615-6810)

各種宴会(料理7品・2時間半飲み放題)プランございます。  
・歓送迎会プラン ¥4,000～ ・女子会プラン ¥3,500～

ドクターズ レストラン  
お問い合せはこちらまで  
〒024-0021  
北上市上野町5丁目17-5  
Tel: 0197-72-6884  
定休日: 月・木  
(仕出し弁当・団体予約可)

**一花や**  
いちげや

**子育て世代の健康住宅専門店**

LOW-COST HOUSING PROJECT  
ローコスト住宅研究会  
**グランドホーム**  
株式会社 高与建築  
〒024-0061  
岩手県北上市大通り三丁目5-10  
TEL 0197-63-4835

この街と生きていく

**北上信用金庫**

理事長 小林 輝夫

岩手県北上市本通り一丁目5番30号  
TEL 0197-63-2307  
FAX 0197-63-6639


申請を  
忘れずに! **子育て世帯臨時特例給付金**

消費税が8%に引き上げられたので、負担を緩和するために、子育て世帯臨時特例給付金が支給されます。対象見込みの方には6月末に申請書類が届きます。申請期間は7月1日から10月1日までです。給付額は児童1人につき、10,000円です。書類が届いたら、忘れずに申請しましょう。

…それにしても、長い名称ですねえ…

■お問合せは

政策企画課 Tel 72-8224  
子育て支援課 Tel 72-8261



お気に入りの囲まれた 手づくりフレンチの家

**TDホーム**

<http://tdhome.jp/>  
岩手県北上市大通り4丁目8-1  
TEL 0197-63-6350

たのしく!  
**ネットワークづくり**


男女共同参画推進事業  
平成26年度第2回生き生きパートナーシップ講座

カラーコーディネイト講座 「自分色の子育て」

北上市ときたかみ子育てネットのコラボ企画が実現しました。盛岡市の川村工房より川村久子先生をお迎えして、子育てに役立つカラーコーディネイト講座を開催します。

★キッズスペースに、ブース出展、抽選会もあります!


日時: 平成26年6月27日(金)  
10:00~12:00  
場所: さくらホール 小ホール  
対象: 北上市民  
定員: 30名  
費用: 無料



「市長と話そう、まち育て」  
子育てタウンミーティング開催

市長と市民がまちづくりについて日ごろ感じていること、取り組んでいることなどについて、気軽に話し合う場です。  
和室でお菓子を食べながら、子育てフリートーク!

日時: 平成26年8月22日(金)  
10時~11時30分(9時30分~受付)  
場所: さくらホール 和室さききれい  
対象: 0歳から高校生までを子育てしている市民  
定員: 15組(お子様連れも可)  
持物: 自分用のお菓子と飲み物  
申込: info@kitakoso.babymilk.jp までメールにて



**生命保険に関するご相談はお気軽に!**

**Aflac アフラックサービスショップ** さくら通り店

・アフラック新商品のご案内  
・ご契約中の保険の内容確認  
・内容変更・給付手続き

営業時間: 9:00~18:00  
駐車場・キッズスペース有り

株式会社ライフプランニング 0120-63-4451  
北上市さくら通り2-10-34 FAX 65-4439

土曜・日曜営業してます(祝日除く)



Let's eat rice!

**piece Rice Farmer**  
ピース

つぶより農場 検索

0197-35-8444  
okome@pi-su.jp

自分だけの  
こだわり米

あなたのお店の  
オリジナル米

カタログ注文、共同購入  
おうちに商品  
が届くから、お風呂中に  
ゆっくりお買い物♪  
6歳未満のお子さんがいる  
方は個人宅配  
手数料を  
値引き!

240円→100円

水沢コープ  
アテルイは、  
毎月1日・15日の5%値  
引きの日、無料託児実施  
中! 10時~15時、2階  
の和室へ直接どうぞ。

**COOP いわて生協**  
組織本部 019-603-8299



☆(有)ピース ホームページ <http://pi-su.jp>  
☆ yahoo ショッピング 『つぶより農場』 <http://store.shopping.yahoo.co.jp/tsubuyori-noujyou/>  
☆ 奥州市・コープアテルイ他、いわて生協・各店舗、共同購入でもお買い求め頂けます!

# 赤ちゃんの駅「ほっぺ」



小さな子どもを連れての外出は一番苦労ですね。一番困るのは、おむつ替えと授乳ではないでしょうか。気軽に立ち寄り、おむつ替えや授乳ができる施設「きたかみ赤ちゃんの駅ほっぺ」の登録施設が増えてきています。

タペストリーやミニのぼりを見つけたら、利用してくださいね。全ての施設が子連れに優しい、そんな北上市になるといいですね。特に授乳可能な飲食店が増えて欲しいものです…

このマークが目印です

## 赤ちゃんの駅「ほっぺ」登録施設

- 北上市総合福祉センター
- 岩崎地区交流センター
- 相去地区交流センター
- 日本現代詩歌文学館
- ムラタ美容室
- ソフトバンク北上江釣子インター店
- 大通り保育園地域子育て支援センター
- 江釣子保育園地域子育て支援センター
- 北上市役所本庁舎
- 江釣子ショッピングセンター・パル
- さくらホール
- さくら野百貨店
- ホームック北上店
- ホームック北上藤沢店
- ドコモショップ北上中央店
- アメリカンワールド
- 北上信用金庫大堤支店
- 東北労働金庫北上支店

小児科・アレルギー科・内科  
**小野寺こども医院**  
院長 小野寺 典夫  
日曜日も診療・予約可

受付時間 月・火・木 / 8:30~18:00  
水 / 8:30~16:00  
金 / 8:30~12:00  
日 / 8:30~17:00  
休診日 土曜・祝日・第2日曜

北上市村崎野15地割354-2  
☎0197-81-6660

一般歯科・小児歯科・口腔外科  
**つつみが丘歯科医院**  
〒024-0011 岩手県北上市堤ヶ丘1丁目6-11  
TEL:0197-63-3646  
64-5782(夜間)

休診日：日曜・祝日 受付は診療終了の30分前

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
PM2:00~6:30	○	○	○	2:00~3:00	○	×

赤ちゃん専用のベットも用意してあります。

骨折・脱臼・捻挫・打撲・挫傷  
**大和接骨院**

〒024-0012 北上市常盤台1-20-1  
TEL/FAX 0197-63-8611  
http://daiwavalue.com

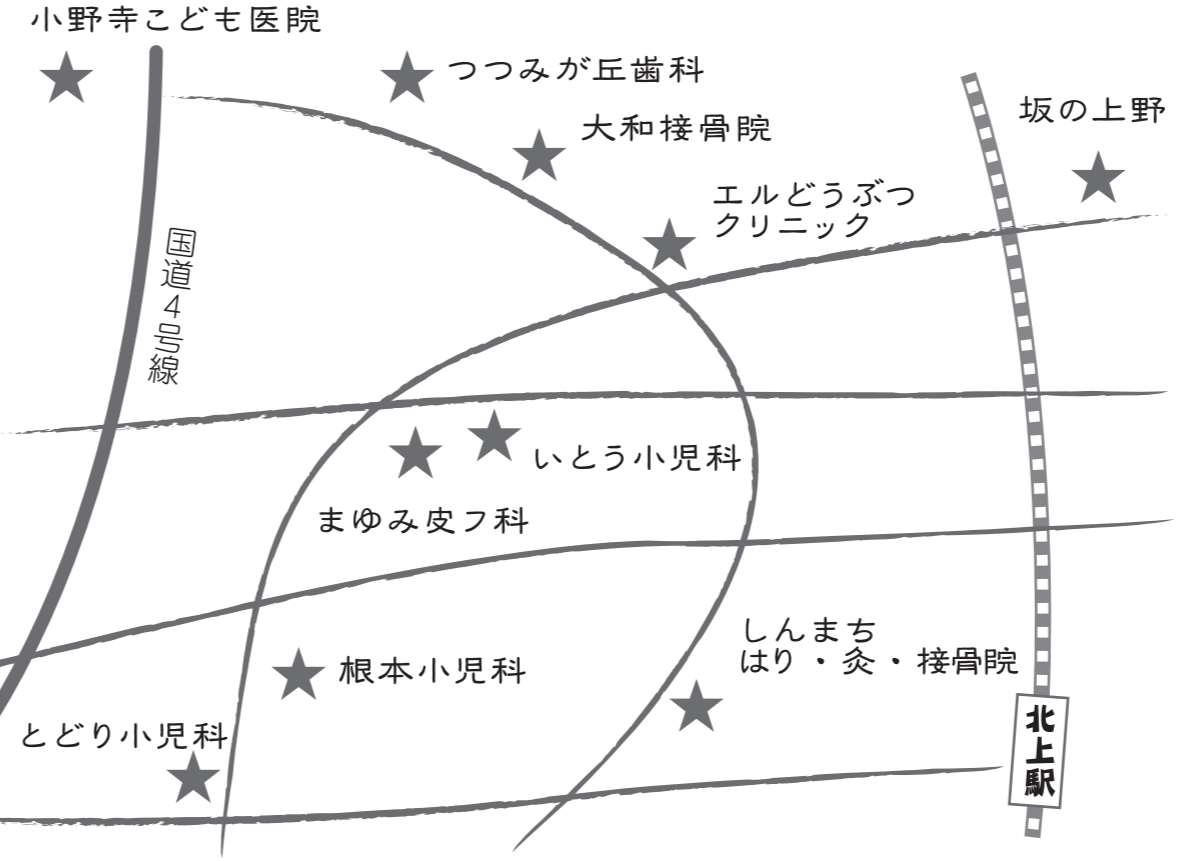
犬・猫・小鳥  
**アイどうぶつクリニック**  
花巻市南川原町217 TEL.0198-22-1911

**エルどうぶつクリニック**  
北上市常盤台1丁目5-12 TEL.0197-65-7139

内科・循環器内科・呼吸器内科・アレルギー科  
**坂の上野 田村太志クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9時~12時	●	●	●	●	●	●	●
午後2時~5時	●	●	●	●	●	●	●
夜間6時~8時	●	●	●	●	●	●	●

TEL0197-65-1111 院長 田村 太志



★ ひらのこどもクリニック

**ひらのこどもクリニック**  
〒024-0071 岩手県北上市上江釣子17-219-1  
(北上市役所江釣子庁舎南側)  
TEL:0197-71-5800 FAX:0197-71-5811  
URL http://www.hirano-piyopiyo.com

医療法人 まゆみ皮フ科クリニック  
皮膚科 アレルギー科 美容皮膚科

診療時間：月~金 午前9時から12時  
午後2時から6時30分  
土 午前9時から午後1時

休診日：日曜・祝日  
北上市柳原4丁目15-26 (さくらホールの東側)  
電話：0197-61-5220

子育てを応援しています  
**根本小児科医院**  
TEL・FAX (63) 4687  
電話予約 (61) 5615

小児科・アレルギー科  
**いとう小児科クリニック**  
院長 伊東 亮助

診療受付時間 月~水 金 / 午前 8:30~12:15  
午後 14:00~17:45  
木 土 / 午前 8:30~12:15  
休診日 日・祝日

北上市さくら通り1丁目5-11  
☎ 0197-61-5155  
24H予約受付 0197-61-2811  
携帯・PC予約 http://www.2-helios-net.com/startup 医師コード2687

お詫びと訂正  
cache cache vol.3 のP8において「ひらのこどもクリニック」さまのURLと地図の記載に誤りがございました。皆様にご迷惑をおかけしたことを深くお詫び申し上げます。

**とどり小児科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:30 (受付12:20まで)	●	●	●	●	●	●	●
18:45 (受付18:35まで)	●	●	●	●	●	●	●

15:30~14:00~17:00 (受付16:50まで)  
休診日:火曜・祝日

〒024-0061 北上市大通り4-3-5  
TEL予約0197-64-1702 TEL0197-64-1603  
http://todori.cocolog-nifty.com/blog/

北上市病院  
MAP

しんまちはり・灸・整骨院  
総院長 浅川 進  
ASAKAWA SHIN  
〒024-0094 岩手県北上市本通り1-7-9  
ピラーヂュ・バオ1FA  
TEL/FAX 0197-63-3770  
E-mail rangitoto.nz@ezweb.ne.jp  
shinhari.com

株式会社 エキスパート  
(業務内容) 鍼灸師・リハビリ型サービス  
**しんまちはり・灸・整骨院**  
TEL/FAX 0197-63-3770  
携帯 090-3646-1770  
北上鍼灸整骨院  
TEL/FAX 0197-61-5711  
セントラル鍼灸整骨院  
TEL/FAX 019-681-1716  
しんまちはりリハビリサービス  
TEL/FAX 0197-63-3837