



**元気のでも命炭火焼肉**  
**やまなか家**  
北上市北鬼柳33-53-1  
TEL 0197-63-6424  
<http://www.yamanakaya.jp>



**MONTEIN**  
モンテイン ホテル  
北上市北鬼柳32-50  
TEL 0197-62-3000  
<http://www.montein.jp>  
岩手県北上市のご滞在はモンテインホテル  
上質な空間とサービスをご提供致します。



**株式会社 KYコーポレーション** 北上市九年橋3丁目18-22  
TEL 0197-63-6354 FAX 0197-65-0189

**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!**

いわて・北上名産、  
二子さといもをつくったお菓子

**かきや菓子舗**

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

無垢一枚板

さんもく近江銘木株式会社



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**    **検索**


## 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、これまで6号まで発行しています。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す。また助成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](mailto: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



**きたかみ!**



Cache  
Cache




この印刷物は赤い羽根共同募金の  
助成を受けて作成しています

いきいき岩手支援財団助成事業  
**和菓子づくり**

北上市社会福祉協議会助成事業  
**あなたの知らない世界**

イベントを2つご案内します

①和菓子づくり

菓子菓だんの菅原さんを講師に、親子で和菓子づくり講座を開催します。彼岸や敬老の日など、ご両親に会いに行くとき、手作り和菓子を持参してみませんか? キャラ弁づくりにも使える細工棒はお持ち帰りいただけます。小さなお子様連れでも、ママだけでも参加可能です。

とき: 3月13日(日) 10:00~12:00  
会場: 菓子菓だん2階 北上市黒沢尻3丁目3-22 ☎72-6953  
対象: 市内在住の親子15組  
費用: 1,000円(材料費・細工棒付き)

②あなたの知らない世界

介護・告知・認知症・終活・看取り・葬儀・相続など・・・  
親族や自分が当事者になったらどうしよう? 専門家と語り合う、  
あなたがいずれ知る世界へどうぞ。

とき: 3月21日(月) 10:00~12:00  
会場: さくらホール2階 和室さくら  
対象: 子育て中のママ10名    費用: 無料



**お菓子でお困りなら!**  
◎イベントで大量にお菓子が必要だ  
けど、どこへ注文したらいいの?  
そんな時には「お菓子の菓だん」へ  
TEL 0197-72-6953  
北上市黒沢尻3丁目3-22

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>



まちづくりチャレンジ補助金助成事業

# 奥野ひかるライブ

平成 27 年 3 月 28 日、さくらホール小ホールにて奥野ひかるさんのライブを開催しました。奥野さんは、震災後に沿岸被災地などを訪問して 600 回以上もライブをおこなっており、仮設の歌姫と呼ばれています。

「北上特産！ベジっこレンジャー」のテーマソングをコナミスポーツのみなさんと披露してくださいました。

西和賀町のニシワガーと更木の桑ちゃんもやってきて、ステージを盛り上げてくれました。北上市のリンゴを使った菓子菓だんさんのどら焼きや、馬場農園さんのにんぷるジュース、更木ふるさと興社さんのりんごチップスと桑茶が振る舞われました。

岩手酸素さんからはたくさん色とりどりの風船を提供いただき、子どもたちは大喜びでした。

ニシワガーによる餅まきも行われ、抽選会で景品もゲットし、楽しいイベントとなりました。

ニシワガーの活躍は  
西和賀商工会青年部の Facebook をチェック



## 馬場農園 クレアクロフス株式会社

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！



北上市相去町日香下58番地1

TEL:090-4319-6842

E-mail : babanouen@kde.biglobe.ne.jp

HP: <http://d-edriophthalma.wix.com/babanouen>



お気軽にお問い合わせください(▽)

## 北上産 にんじんアップルジュースできました!



雪下『にんぷる』完成しました!

北上産のにんじんとりんごだけを使用したストレートジュース『にんぷる』の、雪下のにんじんを使用したバージョンが今年も好評発売中です。

雪の下でじっくりと育ったにんじんは栄養価が高いのももちろんのこと、びっくりするほど甘くておいしいです。にんじんの苦手なお子さまでもおいしくお飲みいただけます。また、添加物を使用していないので離乳食にもお勧めですよ。

にんじんペーストを入れることによって独特の口当たりがし、まるで『食べるジュース』! ぜひ一度お試しください。



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



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。



Rice Farmer piece 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

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

おもちゃ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!!

## ヤマザキショップ北上岩崎店 産直いわさき

cache cache 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



Vegetable producers  
高橋 賢  
佐藤 昌平

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





枕流亭  
〒024-0032 岩手県北上川岸3-15-20  
TEL 0197-63-3033 (fax 兼)  
<http://chinryutei.jp/>



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。



La Taverna ラタヴェルナ  
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>

### 渡辺大地さん講演


平成 27 年 11 月 1 日に、株式会社アイナロハ代表の渡辺大地さんの講演会が、盛岡市のアイーナにて開催されました。(主催：ファザリングジャパン東北)

父親学級を全国各地で開催している渡辺さんが、「岩手でパパのあり方を語ろう」と題してパパたちと語るぜいたくな空間でした。

渡辺さんの産後本は旦那さんにもオススメですよ。

- お産とオッサン
- めおと産後手帳
- オトコの産後手帳
- 産後が始まった!
- 産後百人一首 (新刊)

ブログ「バースプランは産後まで」  
も楽しいアイナロハのHPはこちらです  
<http://www.ainaloha.com>




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 **1,200円**

ホテルシティプラザ北上  
〒024-0032 岩手県北上川岸1-14-1 ☎0197-64-0001 <http://www.cityplaza.co.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://www8.plala.or.jp/FKclass-1977>



国際空手道連盟 極真会館  
International Karate Organization Kyokushinkaikan  
お問合せ  
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



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ヨウ 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  
(有)アスピレーション2003  
TEL 0197-65-1719

### きたかみ子育てネットの活動

- 平成 27 年 6 月 18 日 社会福祉協議会に出席
- 平成 27 年 6 月 29 日 タウンミーティングに参加
- 平成 27 年 10 月 27 日 基本構想等審議会に出席
- 平成 27 年 10 月 30 日 要保護児童対策地域協議会 代表者会議に出席
- 平成 27 年 11 月 11 日 多文化共生指針策定会議に出席
- 平成 27 年 12 月 1 日 基本構想等審議会に出席
- 平成 27 年 12 月 9 日 多文化共生指針策定会議に出席
- 平成 28 年 1 月 20 日 基本構想等審議会に出席
- 平成 28 年 1 月 26 日 クラウドファンディング活用セミナーに参加

基本構想等審議会の新聞記事

「戦略」策定へ課題議論  
北上市基本構想等審議会(委員25人)は28日、同市新設町の市民交流プラザで本年度の第1回会合を開いた。市総合戦略の策定方針と進捗状況について確認し、現状や課題を議論した。

市内外のNPO法人や金融機関などの代表委員18人と高橋敏彦市長らが出席。北上市会議所の中村好雄会頭を会長に再任した。委員からは「地元就職する受け皿が少なく、人材流出につながる」「医療費の補助が他地域と比べて少ない」などの意見が出た。

北上市の現状や課題について意見を交わす委員

同審議会は来年2月中旬までの計3回開催。市は12月をめどに審議会から出た意見をまとめ、1月に北上市の総合戦略を庁議決する方針だ。



24時間家庭託児保育所 ナーサリールーム 0歳児専門園  
**MO MO 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  
0120-14-0703 <http://baby-club.jp/>



●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!** CAFE&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  
どれもお子様と一緒に楽しめます!!

有限会社ウィーズ  
Tel&Fax **0197-64-6464**  
〒024-0032 岩手県北上市川岸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](mailto:info@k-plaisir.com)

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**




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。岩手クロスタニン販売 (株)  
TEL: 0197-64-2264 北上市北鬼柳 33-35

清涼飲料水 (保存料不使用)



**(有)阿部マイカーセンター**

ARENNA SUZUKI  
スズキアリーナ北上

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/>

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>

パル/1F 東側  
ひとりできるもん!  
キッズトイレ

パル/1F 西側  
赤ちゃん休憩室

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

パル/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おります。

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

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

**マドレポニータ**

平成 27 年 7 月 31 日にまんまるママいわて主催の「産前・産後ボディセルフケア講座」に参加してきました。NPO 法人マドレポニータの吉田紫磨子インストラクターの指導の元、バランスボールを使ってエクササイズ! 家事や子育てで自分のことは後回しになりがちなママたちが、リズムに合わせて楽しく汗を流しました。

**やまがたてるえ**  
さんと考える産前・産後ケア

平成 28 年 2 月 21 日に「産後辛くなったら読む本」の著者である助産師やまがたてるえさんの講演を聴いてきました。岩手では産後ケアを受けられる施設がありません。産後の女性を支える重要性について語られました。まんまるママいわては助産師である代表佐藤美代子さんが花巻を拠点として活動しています。北上市ではヨガやハンドマッサージなどが開催されています。詳しくは HP でご確認ください。  
<http://manmaru.org>




ご存知ですか? **子育てシェア**

昔ながらの「ご近所頼り合い」現代版  
子育てシェアは、子どもを預かってほしい! そう思ったとき、顔見知り同士で、安心して気がねなく、託児や送迎を頼り合えるネットの仕組みです。  
自分や子どもが体調不良の時や急な仕事で残業になりそうな時、リフレッシュしたい時などに利用できます。  
詳しくは <http://kosodate-share.asmama.jp>  
お友達と一緒に登録してくださいね。  
岩手県初のママサポーターである三上千尋さんがお世話役として活躍中です。

北上の方言満載のドリルはめりす。ちうすぐお城です。

**すべすべ ハリのある透明素肌へ**  
**華奈さくら 石けん**  
北上市九年橋三丁目19-18  
合同会社 想叶舎  
TEL 0197-65-5150  
FAX 019-903-0476  
お得サイズ90g 2,160円  
お試しサイズ20g 540円

さくら花エキス + 桑葉エキス 配合  
美白・美肌・保湿効果





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

**瀬美温泉**  
岩手・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 600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

この街と生きていく

**北上信用金庫**

岩手県北上市本通り一丁目5番30号  
TEL0197-63-2307  
FAX0197-63-6639

**生命保険に関するご相談はお気軽に!**

**Afrac 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 FAX65-4439

土曜・日曜営業してます(祝日除く)

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  
**一花** や  
いちげや

お問い合わせはこちらまで  
〒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)

**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)

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!

**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

さら さら さら  
**更木桑茶**  
くわ ちゃ

明るく元気な健康家族  
更木桑茶は応援します!!

(株)更木ふるさと興社  
代表取締役 小原孝也

〒024-0108  
北上市更木22-9-2  
電話 0197(81)6136  
FAX 0197(66)3766

新たに少量タイプが出来ました。  
くわちゃん

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)

いつでも気軽に  
個室ランチ。

ご予約不要  
ランチ11:00-15:00

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

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!

**GCTO 夏油高原スキー場 ファンクラブメンバー大募集!**

1990年に開設した夏油高原スキー場は年間26万人いた入場者数も8万人以下に落ち込み、現在3つ目の運営会社「北日本リゾート」が再建の挑戦をしています!39才の菅原三多英社長をはじめ、働く若いスタッフたちを応援するために、チームともだちでは「夏油スキー場ファンクラブ」を立ち上げることとなりました。近々開催予定の「ファンクラブ設立イベント」のイベント企画メンバーを募集しています。「スキー場を盛り上げたい!」という方のお問い合わせをお待ちしています。

(社)チームともだち 代表理事 兼 北上市 地域・産業連携復興支援員 登内芳也(とのうち よしや)  
●お問合せ先 ●Eメール yoshiya311@tomodachi.in ●facebook「yoshiya.tonouchi」で検索

お気に入りの囲まれた 手づくりフレンチの家

**TDホーム** 岩手中央  
岩手県北上市大通り4丁目8-1  
TEL 0197-63-6350

<http://tdhome.jp/>

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

愛いけと本物の家  
GRAND HOME  
子育て世代の健康住宅専門店

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)  
◎COSTCOコストコ商品も直ぐ買に行きます  
◎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やdoTERRA(ドテラ)とはフランス語で「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健康・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、樹皮・葉・根・花・実から採れる天然の芳香化合物で、薬力強い精油です。香精油が凝縮する過程で、独自の独特な香り成分「CPTG」を多く含み、その注意を払って抽出した100%天然の精油で植物の力を最大限に引き出す加工や農薬残留物は一切含まれていません。

☆商品買付け、年末年始以外は営業してます!!  
〒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://costco.jp/kitakami/shops/86615>

えみしが日本～  
世界を駆け巡る!

**えみし屋**  
EMISHIYA

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

英語で英語のレッスンを!

Aコース(年中・年長)  
Bコース(小1~3からスタート)  
Cコース(小4~6からスタート)

ジェスチャーを交えながら、やさしい英語でレッスンします。適応力の高い子ども頃から英語に慣れ親しんでみませんか?

お問い合わせ・体験レッスンの申し込みは  
090-8787-3005(寺田)までお気軽に...

**アルク Kiddy CAT 英語教室**

特定建設業(電気設備・電気通信設備) 消防施設工事業

ISO 90001 ISO 14001

**imi 株式会社 アイエムアイ**

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

代表取締役社長 伊見幸子  
代表取締役専務 伊見しゅんいち



