

M.C. パーティ

各種タレント・司会派遣・音響リース・カラオケパブ経営

Party イベントを盛り上げます!

代表:堀/内 孝雄

青柳町ワタリヤビル1 愛しき日々でありますように

問い合わせ先: 090-6781-5939 梅木

omni7

リアルとネットを融合した
世界初のオムニ7マルチ
フォーマット(マルチチャンネル)

オムニ7 <アカチャンホンポ>
水99% Super 新生児からのおしりふき
100枚 x 24個 (通販限定) 税込: 2,756円

セブン-イレブン北上バイパス店
TEL/FAX: 0197-67-3711

医療ガス・工業用高圧ガス・プロパンガス・灯油・軽油 販売
ガスや油に関することならなんでも! 先ずはご一報ください!!

岩手酸素株式会社

代表取締役社長 堀内健一

〒024-0334 北上市和賀町藤根18-81-1
TEL 0197 (73) 7799/FAX 0197 (73) 7591
Mail: info.sv2.iwatesanso.jp

ケーブルスマホ @きたかみ

3台まとめて9,100円~

北上ケーブルテレビの
スマホがおトク!!


北上ケーブルテレビ ☎0197-64-5111

奥野ひかるさん

5月28日に金ヶ崎で開催されたアスパラ収穫祭に奥野ひかるさんが登場!

今年も最前列でステージを観てきました。
「ありがとうのうた」はとても素敵な楽曲でした。YouTubeで視聴できます。

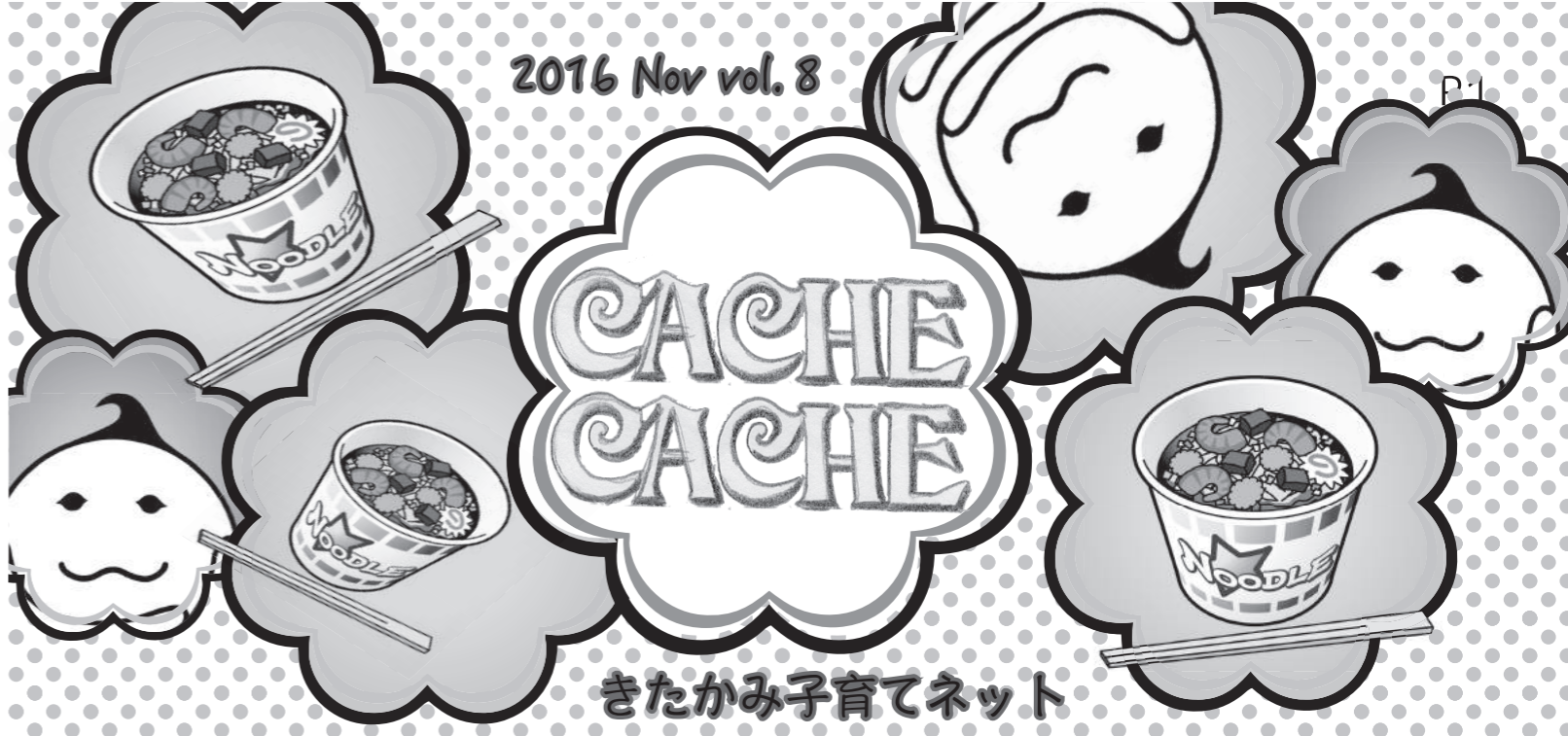
奥野さんは仮設住宅で慰問ライブを700回以上行い、「仮設の歌姫」と呼ばれています。



2016 Nov vol. 8

CACHE CACHE

きたかみ子育てネット



いきいき岩手支援財団助成事業

アンガーマネジメント講座


26年11月~12月に開催したアンガーマネジメント講座を親子向けにバージョンアップして開催します。

講師は高橋昭三先生です。蜂蜜マイスターでもある昭三先生の講座に是非ご参加ください。怒りをコントロールするアンガーマネジメントと蜂蜜のコラボ講座です。

日時 ①平成28年12月11日(日) 自分の個性を知ろう&蜂蜜の健康効果と味比べ
②平成28年12月17日(土) ストップ・ザ・イライラ&蜂蜜石けんづくり
③平成29年1月8日(日) イライラの正体を探そう&パンに合う蜂蜜レシピ
④平成29年1月15日(日) 怒りで失敗しない方法&ハーブ・蜂蜜づくり
⑤平成29年1月22日(日) イライラを表現してみよう&蜂蜜水づくり

各日ともに10時~11時半

場所: 詩歌文学館1階 和室
定員: 各日親子6組(連続受講者優先)
受講料: 無料
教材費: キッズ用テキスト1,150円(5回分) 材料費500円(1回)
申込み: info@kitakoso.babymilk.jp (先着順)



福祉基金助成事業

入園・入学準備講座

幼稚園・保育園・小学校への入学を控えたお子さんをもつママ対象のソーイング講座です。

ズック袋や体操着入れ等を一緒に作りませんか?
ミシンを持ち込むと、調整してもらえますよ。


講師は佐々木ミシン商会の佐々木さんを予定しています。
3月に開催予定ですので、もう少しお待ちください。

まちづくりチャレンジ補助金助成事業

渡辺大地氏の父親学級番外編

クリスマス SP ~親子で家庭科授業 どうして私を生んだの~

とき: 平成28年12月25日(日) 午後2:00~3:30
場所: 北上市総合運動公園 北上総合体育館体育館小アリーナ
対象: 小・中・高校生とその保護者100組(父親の参加大歓迎)
内容: 産前産後サポート「ままのわ」代表の渡辺大地氏による講演会
申込: メールにて info@kitakoso.babymilk.jp 申込後アンケートの記入をお願いします
入場無料ですのでご家族でお越し下さい



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、年数回発行しています。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



いきいき岩手支援財団補助金助成事業

和菓子づくり



平成 28 年 3 月 13 日に菓子菓だん2階にて「和菓子づくり」を開催しました。

15組の親子が参加し、「練りきり」と「おはぎ」と「すあま」をつくりました。

練りきりは専用の細工棒を使って桜の花びらの形に成形しました。

すあまは好きな色・形でつくるとあって力作揃いでした。工場長さんの技術に触れることができ、みんな感心していました。

レシピを教えていただきましたので、お子さんと一緒に作ってみませんか？

次回開催をとの声がたくさん聞こえてきました。また企画したいと思いますので、もうしばらくお待ちください。

次回開催をとの声がたくさん聞こえてきました。また企画したいと思いますので、もうしばらくお待ちください。

すあまレシピ

- 上新粉(米粉) 270g
- 餅米 30g
- 砂糖 300g
- 水 300g
- 塩 2g
- 片栗粉(手粉)

すあまつくりかた

- ① 上新粉、餅粉、砂糖、塩をボールに入れて軽くまぜる。
- ② 水を①に入れ、塊がなくなるまでまぜる。
- ③ ②を布巾に包み、強火で30分蒸す。
- ④ ③をへらでよくまぜ、片栗粉の上に生地をあげ形を整える。
- ⑤ 生地を小分けにした際シロップをまぜる。



●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・スマートホ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

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

どれもお子様と一緒に楽しめます!!

Facebook もあります。

<https://www.facebook.com/kitakoso>

Let's eat rice!

PIECE Rice Farmer

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、お昼寝中にゆっくりお買い物♪
6歳未満のお子さんがあ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。

店舗

COOP いわて生協
組継本部 019-603-8299

まんまるママいわて

まんまるママいわて HP: manmaru.org

FB: <https://www.facebook.com/manmaru.iwate/>

まんまるぽっと予約: 090-2981-1135 (佐々木)

まんまるママいわてさんで月に1度開催されているヨガ教室に参加してきました。

桃子先生が、参加者の体調に合わせたヨガポーズを指導して下さいます。赤ちゃんと一緒にリラックスしながらヨガができますよ。

そして、まんまるママいわてさんは10月に産前産後ケアハウス「まんまるぽっと」をオープンされました。

経験豊富な助産師さんが、ママのこころと体のケアをサポートしてくれます。代表の佐藤美代子さんには私もおっぱいのケアでお世話になったことがあります。安心してお任せできる方です。

産後は自分のケアを後回しにしてしまいがちですが、一人で悩まず相談してみてください。

- ① デイサービス 9時~16時...7,000円
- ② ショートタイム 9時~12時 or 13時~16時...4,000円
- ③ 相談のみ...3,000円



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 検索

さんもく近江銘木株式会社

子ども連れでもラクラクおでかけ さくらホール で遊ぼう! TEL 0197-61-3300 営業時間9:00~22:00

さくらホールしょうげき! 公演Vol.2 12/25

イタリアの劇団による 子どもとおとなのための◎演劇『ハナとモモ』(日)

舞台は砂場!

丸い砂場を囲んで観るのです。

出演者と近いから、自分も演劇の一部になった気分。

観客席

キッズルーム

オムツ交換OK

パパ入室OK

授乳個室 2箇所

赤ちゃん休憩室

授乳室

※1時間430円
※ご予約の方へ貸切

●小ホール 全席自由
午前の部 開演11:00
午後の部 開演15:00

料金: 大人1,500円
子ども700円 (3歳~中学生)
親子ペア2,000円 (おとな1人子ども1人)
※3歳未満のお子様は1人1枚無料整理券が必要です。

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

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

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
 ※お問い合わせ→ 61-4700
 10:00～23:00

**見学・無料体験
 大好評実施中!!**



英語で英語のレッスンを!
 幼児から小学生対象に、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。

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・・・♪

アルフ Kiddy CAT 英語教室

ハチマンダイナマイト

平成 28 年 9 月 11 日に八幡平市さくら公園
 で開催されたハチマンダイナマイトを観
 に行ってきました。

岩手県のご当地ヒーローとゆるキャラたち
 が大集合。今年はケロ平も来ていました。
 ガンライザー NEO のあとは、COWCOW の
 お笑いライブ。あたりまえ体操を披露してい
 ました。

午後には西和賀町のヒーロー「ニシワガー」
 が登場!

今年でダイナマイトを卒業するという衝撃のラストで幕を閉じまし
 た・・・
 ヒーローショーのあとは、お菓子撒きとヒーローたちとの記念撮影会
 など、子どもたちが1日中楽しめるイベントでした。
 グルメ屋台もたくさん出店していますので、来年観に行ってみてくだ
 さいね。

岩手の地味な
 関西のオシャレ 絆すてーしょん

岩手県北上市鬼柳町古川83-2
フリーダイヤル 0120-673-314
<http://kizuna-station.com>
 *社名が(有)石川硝子店から(株)絆すてーしょんに変わりました

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!


福祉基金助成事業 あなたの知らない世界

平成 28 年 3 月 21 日にさくらホールにて、「あなた
 の知らない世界」を開催しました。

介護する家族の会から石川利佳子氏、正覚寺住
 職池田裕徳氏、北上石材店より伊藤英明氏、(株)ラ
 イフプランニングから平澤志津子氏をお迎えしまし
 た。

介護・看取り・葬儀・保険と身近でありながら
 も自分の身にふりかからないと気づかない問題に
 ついて語り合いました。

紙面には書けないようなエピソードが満載で、
 びっくりすることしきりでした。



☆北上石材店
 46年前の岩手国体ソフトテニス競技会場となった常盤台テニスコート跡地に
 北上石材さんが記念碑を寄贈されました。
 写真部分は手彫りとのことでした。
 問合せ：北上市本石町2-1-50 フリーダイヤル 0120-188-296

☆わかかの会 (介護をしている家族の茶話会)
 毎週第三金曜日に小規模多機能ホームうへのまちなて 14:00～16:00 に茶話会
 を開催しています。

保険のお店

保険選びの頼れるパートナー
 お問い合わせは ☎ 0120-63-4451

Affac MetLife
 ネットライフ生命
オリックス生命

営業時間 9:00～18:00 日祝休み 株式会社ライフプランニング



ふるさと納税

7月21日にプランニュー北上で開催された「ふるさと納税東北サミット IN 北上市」に寄付者としてお話ししてきました。昨年度の北上市の寄付金額は5億7000万円ですが、納税者のうちふるさと納税をしているのは3.1%程度にとどまっているそうです。

4ページから5ページには、ふるさと納税に返礼品を出している事業所さんを掲載しました。皆さんも是非、活用してみてくださいね。

(写真中央はUTOの宇土社長とトラストバンクの須永社長)



北上から世界へ
UTO
Cashmere

枕流亭
〒024-0032 岩手県北上原川町3-15-20
0197-63-3033 (fax 兼)
<http://chiryutei.jp/>

北上の自然豊かな一軒宿
3つの異なる源泉かけ流し
「お帰らない」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

宿泊予約承り中
0197-73-7294

〒024-0322 岩手県北上市和賀町岩崎新田 1-128-2

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>

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>

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

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 俊一



「輪っか〜おむつなし育児と布おむつ〜岩手奥州」



4月13日に、おうしゅう子育て情報 TOAMO 編集長の佐藤さんが水沢保健センターで月に一度開催している「布おむつの会」に参加しました。我が家ではこの夏は布おむつを利用したふんどし育児に挑戦! 0歳でもおまるでうんちができるようになりました。布おむつに興味のある方は誰でも参加できるので、興味のある方は問い合わせしてみてくださいね。

FB: <https://www.facebook.com/nunoomutsu/>
ブログ: <http://ameblo.jp/bucci-cafe/>

ISD 個性心理学

ISD インストラクター後藤雅江さんのカウンセリングを受けてきました。

ISD 個性心理学の個性分析とは、生年月日を用いた行動や能力分析です。12分類された個性の特徴を動物に置き換え、特性をイメージ化しやすいようにしたもの。

今回は長男と一緒に診断してもらいましたが、私は「尽くす猿」でボランティア・スピリットを持っているそう。

自分の行動パターンや相手の行動パターンを知ること、ストレスの軽減につながり、毎日をストレスフリーに生活することができるようになります。

仙台市で主に活動している後藤さんですが、さくら野百貨店2階カフェモニカにて毎月開催しています。気になる方はブログやFacebookをチェックしてみてくださいね。

<https://www.facebook.com/masae.gotou>
E-mail: happykoala@wing.ocn.ne.jp

ISD個性心理学 Institute of Self Discovery
自分を知る。他人を知る。個性を生かす心理学。

人間関係、仕事関係、子育てに悩んでいる方にもっとコミュニケーションをスムーズにするためのノウハウをお伝えしています♪

【開催日】9/17 10/16 11/6 12/17
【時間】10:30～ (要予約制)
【料金】3000円 (分析シート&カウンセリング)
【場所】さくら野百貨店・北上市 (2Fカフェモニカ)
【お問合せ】Email: happykoala@wing.ocn.ne.jp TEL 090-6254-8258
ISD個性心理学インストラクター 後藤 雅江

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

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

いつでも気軽に
個室ランチ。

ご予約 不要
ドリンク 無料


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

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



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)

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

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

毎日の健康に
ノンカフェインの
更木桑茶

㈱更木ふるさと興社
北上市更木22-9-2

電話 0197(81)6136
FAX 0197(66)3766



きたかみ子育てネットの活動

- 平成 28 年 3 月 16 日 北上市社会教育委員会に出席
- 平成 28 年 3 月 24 日 北上市社会福祉協議会評議会に出席
- 平成 28 年 4 月 23 日 子育てサークル代表者会議・4支援センター会議に出席
- 平成 28 年 5 月 26 日 北上市社会福祉協議会評議会に出席
- 平成 28 年 6 月 27 日 きたかみ都市ブランド推進市民会議に出席
(↓新聞に掲載されました)
- 平成 28 年 7 月 21 日 ふるさと納税東北サミット in 北上市に出席
(→新聞に掲載されました)
- 平成 28 年 7 月 25 日 北上市社会教育委員会に出席
- 平成 28 年 8 月 28 日 北上市ブランドメッセージ策定ワークショップに参加

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)

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

ヤマザキショップ北上岩崎店
産直いわさぎ

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

平成28年(2016)7月22日

ふるさと納税

意義と可能性探る

東北サミット
in 北上市
事例発表や集団討議

寄付者からの提案も

「ふるさと納税」は、自治体間の関係強化や、地域活性化の手段として注目されています。北上市でも、ふるさと納税の意義と可能性を探るための取り組みが行われています。...

北上讚菓

菓子ととも
サクもっちりタルト

かきや菓子舗

本店・工場 / 北上市堤ヶ丘二丁目9-1 ☎0197-65-3531

うるおい

春夏秋冬

Vegetable producers
高橋 賢
佐藤 昌平

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

増やそう北上ファン

市のブランド 策定へ市民会議

北上市は、ふるさと納税の意義と可能性を探るための取り組みが行われています。...



元気の定番 炭火焼肉

やまなか家

北上市北鬼柳33-53-1
TEL0197-63-6424
<http://www.yamanakaya.jp>

MONTEIN
モンテイン ホテル

北上市北鬼柳32-50
TEL0197-62-3000
<http://www.montein.jp>

株式会社 KYコーポレーション 北上市九年橋3丁目18-22
TEL0197-63-6354 FAX0197-65-0189

馬場農園 クレアクロス株式会社

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
農園主は4児の子育て真っ最中の31歳です!
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(▽)

赤ちゃんの駅「ほっぺ」

小さな子どもを連れての外出は一苦労ですね。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...

現在の登録施設は以下の通りです。

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
- 北上市立中央図書館
- 北上市立鬼の館
- サンクス北上西店
- 古民家 cafe ほっこり
- 和風喫茶手風琴
- 江釣子老人福祉センター
- JA いわて花巻横川目支店

登録施設がさらに増えました♪



小野寺 こども医院
小児科・アレルギー科
院長 小野寺 典夫

北上市村崎野15地割354-2 TEL0197-81-6660
<http://www.ginga-net.ne.jp/~okc2006>

一般歯科・小児歯科・口腔外科・口腔ケア
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

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
AM9:30~11:30	○	○	○	○	○	○
PM1:30~5:30	○	○	○	×	○	×

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

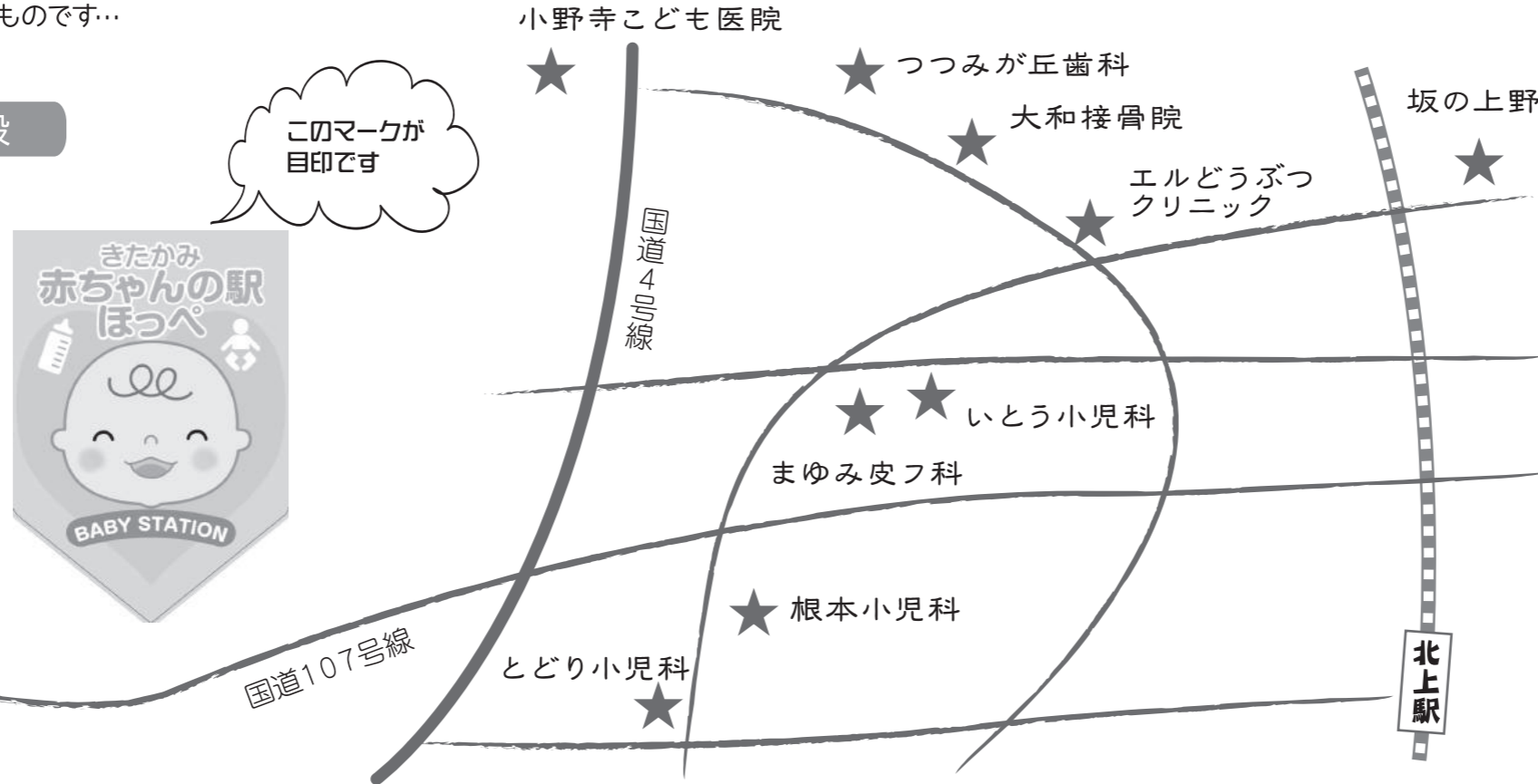
エルどうぶつクリニック
北上市常盤台1丁目5-12 TEL.0197-65-7139

坂の上野 田村太志クリニック
内科・循環器内科・呼吸器内科・アレルギー科

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

時間外救急随時急患Tel090-4556-0939

e-mail: sakanoueno@tamura-clinic.ecnet.jp
URL: <http://www.tamura-clinic.ecnet.jp>
北上市上野町4丁目2-15
TEL0197-65-1111



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・火・水・金 午前 8:30~12:00 午後14:00~18:30
土曜 午前 8:30~15:00

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

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



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

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!

風っ子くわぶ
【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

小児科・アレルギー科
いとう小児科クリニック

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:15	○	○	○	○	○	○
午後 14:00~17:45	○	○	○	○	○	○

北上市さくら通り1丁目5-11 TEL (0197) 61-5155
インターネット予約 医院コード「2687」
<http://www2.i-helios-net.com/start.php>

清涼飲料水 (保存料不使用)

