



### 『オープニングセレモニー&“新聞バッグづくり”』



**日時** 10/17 **水** 13:30~15:30  
**定員** 20名  
**場所** 栗原市市民活動支援センター  
 栗原市築館伊豆2-6-1  
**参加費** 無料  
**持ち物** ハサミ、のり

長谷川新聞店  
 電話受付時間 9:00~17:00 日曜祝日除く  
**☎0228-22-4600**

### セクマイダイバーシティ栗原

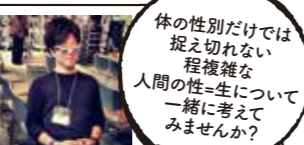
～人間の性は生きることそのもの～

#### ① セクシュアリティ講座

10月20日 ① 10:30~11:30、16:30~17:30、17:30~18:30  
 10月27日 ② 13:30~14:30、16:30~17:30、17:30~18:30  
 11月10日 ③ 10:30~11:30、16:30~17:30、17:30~18:30  
 11月17日 ④ 10:30~11:30、16:30~17:30、17:30~18:30

**定員** 10名 興味のある方ならどなたでもOKです！  
**参加費** 無料 **持ち物** なし

栗原市市民活動支援センター  
 栗原市築館伊豆2-6-1  
 電話受付時間 20:00~00:00 (その他の時間は出れない事があります)  
**☎080-6020-7145**



体の性別だけでは捉え切れない程複雑な人間の性=生について一緒に考えてみませんか？  
 講師 白鳥織也

### (株)大平昆布

利尻昆布・ラウス昆布・日高昆布を使った

#### ② オリジナル「マイ松前漬」作りませんか？

**日時** 10/20 **土** 13:30~15:00  
**定員** 6名  
**場所** 栗原市志波姫南郷蓬田1  
**参加費** 無料 **持ち物** エプロン

日本中で採れた昆布倉庫の見学、国産の有名銘産昆布を使ったオリジナルなマイ松前漬を作ってもらいます。  
 講師 伊藤正吾  
 電話受付時間 8:00~17:00 月~金  
**☎0228-25-3553**



申込時に一つだけ選んで下さい。完成品はお土産としてお持ち帰り頂きます。学生さんどうぞ！

### プログラム参加方法

- お申込みは、各店へ直接お申込みください。
- 定員になり次第締切りとなります。
- 対象者や時間帯等が、設定されているプログラムがありますのでご注意ください。

【総合お問い合わせ】 栗原南部商工会志波姫支所  
**☎0228-25-3868**

### 菅原ガス設備(株)

初めてでも簡単に出来る!!タイルライフを楽しもう!!  
**③ タイルで作る簡単かわいい手作りコースター教室**

カラータイルを使って、オリジナルの手作りコースターを作って持ち帰っていただきます。ご自宅でも活用できますよ~(・・~)

**日時** 10/20 **土** 27 **土** 14:00~15:00  
**場所** 菅原ガス・設備 栗原市志波姫伊豆野芝の脇前18  
 11/3 **土** 11:00~12:00/14:00~15:00  
 株シズミ2F 栗原市築館源光17-29  
**定員** 5名/各回 **参加費** 無料  
**持ち物** なし

講師 菅原賢也  
 電話受付時間 8:00~19:00  
**☎0228-24-9031**



### 花カニ花音

できあがった時から、きれいな寄せ植えです。まるでフラワーアレンジメントのようなプランツギャザリング作りましょう!!

冬の玄関にきれいなお花をかざりませんか？  
**④ ギャザリング(寄せ植え)**

**日時** 10/21 **日** 24 **水** 28 **日** 31 **水**  
 11/4 **日** 7 **水** 10 **土** 14 **水** 18 **日**  
 講師 大場育  
 10:00~11:00、13:30~14:30 どちらか時間帯をお選びください  
**定員** 4名/各回 お子さん連れ可 **場所** 栗原市瀬峰根岸25-1  
**持ち物** 手袋、エプロンなど用意がありますので手ぶらでどうぞ  
**材料費** 2,000円

電話受付時間 9:00~17:00(木曜日を除く)  
**☎090-6455-2731**



### 千葉生花店

気軽にお花とふれあいませんか2018!!  
**⑤ 簡単なアレンジメント又は生け花の初歩**

申込時に一つだけ選んで下さい。完成品はお土産としてお持ち帰り頂きます。学生さんどうぞ！

**日時** 10/21 **日** 10:00~11:30  
**定員** 10名 **参加費** 300円(お茶代)  
**場所** 栗原市瀬峰下藤沢160-4  
**持ち物** 花バサミがあれば持参。無ければ手ぶらでどうぞ。

講師 千葉キミ子(峰雲)  
 電話受付時間 8:00~19:00  
**☎0228-38-3211**



申込時に一つだけ選んで下さい。完成品はお土産としてお持ち帰り頂きます。学生さんどうぞ！

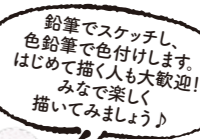
### ホテル志ばたや

街をスケッチしてみよう!  
**⑥ 誰でも描けるスケッチ教室**

鉛筆でスケッチし、色鉛筆で色付けします。はじめて描く人も大歓迎! みなで楽しく描いてみましょう!

**日時** 10/23 **火** 13:00~15:30  
**定員** 6名 **参加費** 無料  
**場所** 栗原市築館伊豆2-5-39  
**持ち物** 鉛筆、色鉛筆、スケッチブック

講師 柴田晴之  
 電話受付時間 9:00~19:00  
**☎090-2989-8179**



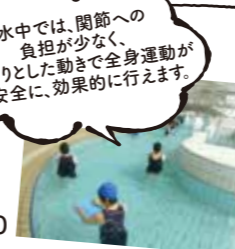
### エポカ21

流水プールで健康寿命をサポート!  
**⑦ 水中運動教室**

水中では、関節への負担が少なく、ゆっくりとした動きで全身運動がより安全に、効果的に行えます。

**日時** 10/23 **火** 15:00~16:00  
**定員** 8名 大人の方 **参加費** 510円 施設利用料(割引) ※受講料無料  
**場所** エポカ21内 流水プール (栗原市志波姫新熊谷279-2)  
**持ち物** 水着、スイムキャップ、タオル

講師 石川千恵  
 ※10/22の19時迄申込  
 電話受付時間 9:00~19:00  
**☎0228-23-0021**



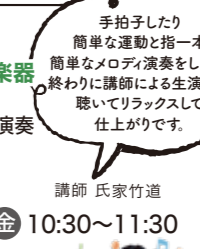
### メロディハウス スガワラ楽器

拍子に合わせて1・2 1・2足踏み体操。指1本メロディ演奏  
**⑧ リズムで体操・メロディ脳トレ**

手拍子したり簡単な運動と指一本簡単なメロディ演奏をします。終わりに講師による生演奏を聴いてリラックスして仕上がりです。

**日時** 10/26 **金** 11/2 **金** 9 **金** 16 **金** 10:30~11:30  
**定員** 12名 成人の方で開催時間に来れる方。  
**場所** 栗原市志波姫堀口見渡16-6 メロディハウスL教室  
**参加費** 無料 **持ち物** 運動しやすい服装

講師 氏家竹道  
 電話受付時間 平日10:00~18:00  
**☎0228-22-5858**



### まちのたからばこグルメ

～まちのたからばこ限定スペシャルメニュー～



**栗のもちぷりん**  
 大人気のもちぷりん。季節限定の商品です。その上に栗の生クリームをたっぷりのせて、ケーキタイプのもちぷりんを作っちゃいました。

### 喜久乃屋

栗原市築館薬師3目7-26  
 営業時間 8:30~18:30  
 定休日第2・3水曜日  
**☎0228-22-2815**



**シュシュ店長のデザートタイム**  
 カフェシュシュ自慢のコーヒー&デザートセットです。日によってフルーツが変わります。

### cafe chou chou

(カフェ・シュシュ)  
 栗原市高清水水東館27-17  
 営業時間 火・水・土(11:00~18:00)  
 日(11:00~15:00)  
 定休日 月・木・金  
**☎080-5558-5701**



**原人ラーメンスペシャル**  
 塩味ベースのラーメンに、じゅんさい・岩ノリ・山菜・一口サイズのイカ天ぷらがのったさっぱり系ラーメン。お好みでレモンをしばればまた格別の味わい。

### まるよ食堂

栗原市築館薬師3-2-28  
 営業時間 10:00~19:00  
 不定休  
**☎0228-22-2018**

### イベント・祭りを楽しもう!!

～まちのたからばこ合同プロモーション～



**つきだて桜まつり**  
 4月下旬  
 会場 薬師公園(栗原市築館薬師台1)  
 お問い合わせ TEL:0228-22-3611  
 栗原南部商工会築館支部



**せみね桜まつり**  
 4月下旬  
 会場 瀬峰五輪堂山公園  
 お問い合わせ  
 栗原南部商工会瀬峰支所 TEL:0228-38-3258  
 寿司幸 TEL:0228-38-3942



**くりはら博覧会“らいん”2018**  
 8/27(月)~9/25(火)  
 会場 栗原市内  
 参加費 各プログラムによる  
 お問い合わせ TEL:0228-24-8588  
 (一社)くりはらツーリズムネットワーク

「ふわふわトランポリン」や「子供縁日コーナー」を設置し子供たちが安心して遊べる空間を作り出しています。また、地域商工業者の情報を掲載したクーポン冊子の配布や、薬師山参道を一気に駆け上がる「つき男つぎ女決定戦」も見逃せません。

瀬峰地区の五輪堂山公園では毎年4月中旬に「せみね桜まつり」を開催しており、イベント会場では歌謡ショー・神輿担ぎ・フリーマーケットなどを予定しています。また、約一週間前からイルミネーション点灯を実施します。

くりはら博覧会“らいん”は、一定期間内に、栗原市内の各地を会場にして、複数の体験プログラムを実施するイベントです。くりはらツーリズムネットワーク会員が特技や職業を生かして、様々なプログラムをお客様に提供します。詳細は、ホームページ・フェイスブックまたは、問合せ先まで。