

<開館時間>

午前 9時30分 ~ 午後 9時30分

各施設利用時間・入場制限

消毒・換気作業実施のため、下記の利用時間・入場制限を設けております。ご理解、ご協力をお願いいたします。

	受付開始時間	定員	利用時間
マシンジム	10分前	20名	① 午前9時30分～午前11時 ② 午前11時30分～午後1時 ③ 午後1時30分～午後3時 ④ 午後3時30分～午後5時 ⑤ 午後5時30分～午後7時 ⑥ 午後7時30分～午後9時
プール	10分前	30名	
児童館	随時	20名	

	受付開始時間	定員	利用時間
浴室	10分前	男女各24名	① 午前10時～午前11時30分 ② 正午～午後1時30分 ③ 午後2時～午後3時30分 ④ 午後4時～午後5時30分 ⑤ 午後6時～午後7時30分 ⑥ 午後8時～午後9時30分

- ▼ 参加費 3,300円
- ▼ 対象 一般男女(6名)
- 午前10時～午後1時
- ▼ 日時 9月18日(金)
- 特別パン教室②
- ▼ 参加費 3,300円
- ▼ 対象 一般男女(6名)
- 午前10時～午後1時
- ▼ 日時 9月17日(木)
- 特別パン教室①
- ▼ 対象 一般男女(12名)
- 午前10時～午後1時
- ▼ 日時 9月9日(水)
- ～上三川を食らう～
- 大人料理教室
- ▼ 参加費 2,300円
- (各6組)
- ▼ 対象 3歳児以上親子
- 午後1時30分～3時30分
- ▼ 日時 9月19日(土)
- 親子お菓子教室
- ▼ 参加費 2,400円
- (各8名)
- ▼ 対象 小学生以上
- 午前10時～11時30分
- 午後1時～2時30分
- 特別キッズキッチン教室
- ▼ 日時 9月6日(日)

ご利用いただけない施設

◎サウナ ◎大広間 ◎カラオケルーム ◎リラクゼーションルーム

※感染対策が実施出来次第、段階的にオープンをさせていただきます。
ご不便をお掛けし、誠に申し訳ございません。

利用者へのお願い

- ・館内では必ずマスクの着用をお願いいたします(プール内・浴室内を除く)。
- ・入館時には必ず設置されている消毒液での消毒をお願いいたします。
- ・体調の悪い方は施設の利用をご遠慮ください。
- ・こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒の実施をお願いいたします。
- ・他の利用者、施設管理者スタッフ等との距離(できるだけ2m以上)を確保してください。
- ・利用中の大きな声での会話はご遠慮ください。
- ・3つの密(密閉・密集・密接)を出来る限り避けてください。

■乳幼児健診等【保健センター】

乳幼児健診			
4か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診
8月11日(火)	8月7日(金)	8月17日(月)	8月3日(月)
令和2年4月生	令和元年10月生	平成31年1月生	平成29年7月生
9月14日(月)	9月18日(金)	9月4日(金)	9月7日(月)
令和2年5月生	令和元年11月生	平成31年2月生	平成29年8月生
実施時間	午後0時30分～(受付:午後0時30分～1時15分)		
実施場所	検診ホール		

教室 ※要予約		
プレママ・パパ教室 ※先着5組	産後ママ応援教室	すくすく離乳食教室
8月18日(火)		
9月19日(土)		
実施時間:午前9時30分～11時30分 (受付:午前9時15分～25分) 実施場所:検診ホール ※内容を一部変更して 1日コースで実施		

当面の間中止

▶問い合わせ先=子ども家庭課 母子健康係 ☎ 56 9132

育児相談 ※要予約	
妊産婦・乳幼児とその保護者 (母子手帳をお持ちください。)	
8月 4日(火)	9月 8日(火)
8月12日(水)	9月11日(金)
8月19日(水)	9月23日(水)
8月27日(木)	9月25日(金)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	育児相談室

親と子の栄養相談 ※要予約	
8月4日(火)	9月8日(火)
実施場所	栄養相談室



上三川町子育て支援センター『あったかひろば』

8月行事予定

発育測定

▼開館時間内に、随時行います。

ベビーサロン・キッズサロン

▼中止いたします。

子育てのヒント

子どもが喜ぶ触れ合い遊びをご紹介します。

♪お洗濯マシーン♪(2か月頃から)

遊び方

①膝の上で子どもを抱っこして、遊びを始めることを伝えます。「○○ちゃん、これから楽しいこと始めるよ。○○ちゃんをお洗濯します。」

②子どもを寝かせ、両手を頭の方を持っていきます。「○○ちゃん洗濯機スイッチオン！」

③手の平で子どものおなかを時計回りにゆっくりなでます。「ぐるぐる、ぐるぐる回ります。」

④手を軽く握り足先からおなか、胸までを、らせんを描くようにマッサージします。「ゴシ、ゴシ、ゴシ」

⑤人差し指で全身を軽く刺激します。頬や鼻も軽くつつんとつつきましょう。「仕上げに柔軟剤をパツ、パツ、パツ」

⑥最後に子どもの頭の前から足先までを、優しく手で撫で下ろします。「ピカピカの○○ちゃんの出来上がり！」

優しく声をかけながら笑顔でやってみてください。



大好きなママとのスキンシップ
嬉しそうです！

- ▼開館日 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
- ▼時間 午前9時～午後4時
- ▼利用料 無料

▼問い合わせ先 子育て支援センター ☎ 56 2043

利用制限がありますので、詳細はセンターや町ホームページでご確認ください。