

エアービクススタジオ

FAX ☎
 (57) (57)
 0212 0211

○おりがみ工作

▼日時 8月11日(土)
 午前10時～11時
 午後2時～3時
 ▼対象 未就学児～小学生(未就学児は保護者同伴)各30名
 ▼参加費 500円
 ▼受付 7月14日(土)～

○ベビーマツサージ育MEN教室

▼日時 8月26日(日)
 午前10時半～11時45分
 ▼対象 生後2ヶ月～1歳(限定10組)
 ▼参加費 700円
 ▼受付 7月10日(火)～

○親子料理教室

▼日時 8月2日(木)、3日(金)
 午前10時～午後1時
 ▼参加費 2,000円
 ▼対象 3歳以上の親子(各12組)
 ▼受付 7月7日(土)～

○ごともお菓子教室

▼日時 8月11日(土)
 午前10時～午後0時30分
 ▼対象 小・中学生(24名)
 ▼参加費 1,000円

○親子お菓子教室

▼日時 8月18日(土)
 午前10時～正午
 午後1時30分～3時30分
 ▼対象 3歳以上親子(各12組)
 ▼参加費 1,500円

○夜の大人お菓子教室

▼日時 8月22日(水)
 午後6時～8時
 ▼参加費 2,300円
 ▼対象 一般男女
 ▼受付 7月14日(土)～

○パンクッキング(初級)

▼日時 7月13日(金)
 午前10時～午後1時
 ▼参加費 1,500円
 ▼受付 7月14日(土)～

○パンクッキング(中級)

▼日時 7月12日(木)
 午前10時～午後1時
 ▼参加費 1,800円
 ▼受付 7月14日(土)～

○手作りせつけん教室

▼日時 8月19日(日)
 午前10時～11時30分
 ▼対象 3歳～小・中学生(未就学児は保護者同伴)
 ▼参加費 1,000円

○手作り木工教室

▼日時 8月26日(日)
 午前10時～正午
 午後1時～3時
 ▼対象 小学3年生以上(2年生以下は保護者同伴)
 ▼参加費 1,000円

○ごともエレクトロ教室

▼日時 8月11日(土)
 午前10時～11時30分
 午後1時～2時30分
 ▼対象 小・中学生(各20名)
 ▼参加費 800円

○ベビーマツサージ教室

▼日時 8月14・28日(火)、9月23日(木)
 午前10時～正午
 ▼対象 2～6ヶ月の親子(火コース)、6ヶ月～1歳の親子(木コース)
 ▼参加費 1,500円

◎わくわくほ教室

▼日時 7月17日(火)
 午前10時30分～11時30分
 ▼場所 児童館内(遊戯室)
 ▼対象 首据わり～歩行前まで
 ▼参加費 親子1組500円
 ▼受付 7月3日(火)～

○0歳児親子クラス

▼日時 7月17日(火)
 午前10時30分～11時30分
 ▼場所 児童館内(遊戯室)
 ▼対象 首据わり～歩行前まで
 ▼参加費 親子1組500円
 ▼受付 7月3日(火)～

☆プールから

7月17日(火)は特別振替対象日となります。振り替える希望される方はお早めにプール受付までお越しください。また、7月31日(火)のスクールは、お休みとなります。振替対象外ですので、お間違えのないようお願いいたします。

☆浴室から

今月のイベント風呂はペパーミント風呂です。

エアロビクススタジオ教室

○夏季限定レッスンのお知らせ

夏の特別開館日(月曜日)に限定レッスンを開催します。この時しか受けられないレッスンにぜひ参加してみてください!

▼日時=7月23日(月)

「ZUMBAスペシャル」定員30名

(午前10時30分～11時30分)

「コアリセット」定員20名

(午前11時40分～午後0時10分)

「ヨガ」定員30名(午後0時20分～1時10分)

▼参加方法=当日、各レッスン開始15分前から予約を受け付けます。

▼料金=会員の方は会員証をご提示ください。チケットの方は施設使用料とお受けになるレッスン分の体験教室のチケットを券売機にてお買い求めください。

※スケジュールは都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

※詳しくはマシンスタジオまでお問い合わせください。

上三川いきいきプラザカレンダー

(●印は休館日になります)

	日	月	火	水	木	金	土
7月	1	2●	3	4	5	6	7
	8	9●	10	11	12	13	14
	15	16	17●	18	19	20	21
	22	23●	24	25	26	27	28
	29	30	31				
	日	月	火	水	木	金	土
8月					1	2	3
	4	5	6●	7	8	9	10
	11	12	13●	14	15	16	17
	18	19	20●	21	22	23	24
	25	26	27●	28	29	30	31

開館時間=(★は特別開館日)
 プール・マシンスタジオ
 浴室・大広間・カラオケルーム
 サウナ

午前9時30分～午後5時30分
 午前9時30分～午後9時30分
 午前9時30分～午後10時30分
 午前10時～午後9時30分

■健診等「保健センター」健康課 母子健康係 ☎ 9132

●4か月児健診

7月9日(月)【平成24年3月生】

8月20日(月)【平成24年4月生】

●10か月児健診

7月6日(金)【平成23年8月生】

8月3日(金)【平成23年9月生】

●1歳6か月児健診

7月13日(金)【平成22年12月生】

8月10日(金)【平成23年1月生】

●3歳児健診

7月2日(月)【平成21年6月生】

8月6日(月)【平成21年7月生】

受付 午後0時30分～1時30分

●ポリオ

7月20日(金)

【平成23年7・8月生】

8月24日(金)

【平成23年9・10・11・12月生】

受付 午後1時～2時20分

※持ち物(母子健康手帳等)については、ご通知していただきますので、ご確認ください。



●プレママパパ教室

7月7日(土)【沐浴編】

8月22日(水)【妊娠生活編】

受付 午前9時40分～50分

(要予約)

時間 午前10時～正午

●すくすく離乳食教室

7月18日(水)【平成24年2月生】

8月28日(火)【平成24年3月生】

受付 午前9時40分～50分

(要予約)

時間 午前10時～正午

場所 栄養指導室

●育児相談

7月4日(水)・7月10日(火)

7月18日(水)・7月30日(月)

8月7日(火)・8月17日(金)

時間 午前10時～正午

午後1時～3時(要予約)

場所 育児相談室

持参するもの 母子健康手帳

●ママの栄養相談

7月4日(水)・8月7日(火)

時間 午前10時～正午

午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室

持参するもの 母子健康手帳

●成人栄養相談

7月30日(月)・8月29日(水)

時間 午前10時～正午

午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室

持参するもの 健康手帳

担当 健康課 成人健康係

☎ 9133

●心配ごとなんでも相談

日時 毎週水曜日午前9時～

正午(第5水曜日、祝日を除く)

場所 共用相談室

内容 日常生活上生じる心配ごと、

困りごとなど

相談員 民生児童委員・

人権擁護委員・行政相談委員

担当 社会福祉協議会

☎ 3166

●ママの相談

こころの悩みで困っている方、一人で

悩まずご相談ください。カウンセラー

が相談に応じます。相談は無料です。

開催日 7月22日(日)

8月28日(火)

相談時間 午前9時～正午

場所 共用相談室

その他 予約制

(必ず事前予約をお願いします)

予約・問い合わせ先 福祉課 福祉人権係

☎ 9128

FAX 6868

まじろ

善意銀行(敬称略)

海老原英子

雑巾217枚(第5回)

7,809円(第6回)

匿名

11,000円(第32回)

匿名

皆さんの温かいご声援、

ありがとうございます。



上三川北地域福祉センター
カレンダー

開館時間=午前8時30分～正午、午後1時～5時
(●印は休館日になります)

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	●2	●3	4	5	6	7	5	●6	●7	8	9	10	11
8	●9	●10	11	12	13	14	12	●13	●14	15	16	17	18
15	●16	●17	18	19	20	21	19	●20	●21	22	23	24	25
22	●23	●24	25	26	27	28	26	●27	●28	29	30	31	
29	●30	●31											

▼問い合わせ先 = ☎ (56) 6685