

トニクスちびっぴらざ

FAX ☎
 (57) (57)
 0211
 0212

営業時間・休館日

変更のお知らせ

平成25年4月1日より、営業時間及び休館日が次のように変更になります。

【営業時間について】

営業時間	月～金曜日	土・日・祝日
プール マシン エアロスタジオ	午前9時30分 ～ 午後10時	午前9時30分 ～ 午後9時30分
浴室 大広間 カラオケルーム	午前9時30分 ～ 午後10時30分	午前9時30分 ～ 午後9時30分
サウナ	午前10時 ～ 午後9時30分	午前10時 ～ 午後8時30分

【休館日について】

休館日は、毎月1日になります。1日が土・日・祝日の場合は、その翌日が休館日となります。

～イベントのお知らせ～

○夜の大人お菓子教室

日時 4月17日(水)
 午後6時～8時

対象 一般男女(12名)

参加費 2,300円

○パンクッキング(初級)

日時 4月26日(金)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(24名)

参加費 1,500円

○パンクッキング(中級)

日時 3月7日(木)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(24名)

参加費 1,800円

○紙バンド手芸教室

日時 4月9日(火)

午前10時～正午

対象 一般男女(16名)

参加費 600円

○スクラップブック

日時 4月18日(木)

午前10時～正午

対象 一般男女(8名)

参加費 1,200円

○ごちもお菓子教室

日時 4月13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 4月20日(土)

午前10時～正午

午後1時30分～3時30分

対象 3才以上親子(各12組)

参加費 各1,500円

○キッズキッチン

日時 4月21日(日)

午前10時～午後1時

対象 3歳～小学生(20名)

参加費 2,000円

○手作り木工教室

日時 4月28日(日)

午前10時～午後3時(昼休憩1時間有り)

対象 年中～小・中学生(保護者同伴・限定4組)

参加費 4,000円

○ベビーマッサージ教室

日時 3月12・19日(火)

3月14・28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)(各10組)

参加費 1回1,500円

○わらわらんぼ教室(親子ピクス&わらわらんぼシアター)

日時 3月18日(月)

午前10時30分～11時40分

対象 1歳～3歳までの親子(15組)

参加費 親子1組500円

◎エゴ工作

「パクパク(ごぶ)」

日時 3月3・10・17日(日)

午前11時～午後3時

対象 未就学児(保護者同伴)～小学生

参加費 無料

※事前受付はごさいません。直接児童館へお越しください。

☆プールから

4月から新1年生になるお子様で、クラス変更がお済みでない方は、3月13日(水)までに1階事務所までお越しください。

☆ベビースイミング申し込み

3月3日(日)9時30分より中会議室にて申し込み手続きを行います(先着順)。

☆浴室から

今月のイベント風呂は「ロースヒップ」の湯です。

エアロピクススタジオ

第9回特別レッスンのお知らせ

今回もレッスン料の一部を東北の被災地に寄付致します。皆様のご参加をお待ちしています!

▼日時=3月17日(日)

『フィットネスフラ』(25名)

午後1時30分～2時20分

『ZUMBA』(30名)

午後6時20分～7時20分

▼対象=一般男女 初心者～OK

▼料金=500円(2レッスン目以降はプラス100円)

▼受付=マシンスタジオにて事前予約受付

※お電話でもご予約承ります

※定員になり次第締めさせていただきます。

(キャンセル待ちはお受けいたしかねます。)

※詳しくはマシンスタジオにお問い合わせください。

▼対象 未就学児(保護者同伴)～小学生
 ▼参加費 無料
 ※事前受付はごさいません。直接児童館へお越しください。
 ☆プールから
 4月から新1年生になるお子様で、クラス変更がお済みでない方は、3月13日(水)までに1階事務所までお越しください。
 ☆ベビースイミング申し込み
 3月3日(日)9時30分より中会議室にて申し込み手続きを行います(先着順)。
 ☆浴室から
 今月のイベント風呂は「ロースヒップ」の湯です。

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
3月	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
4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				

開館時間= サウナ 午前10時～午後9時30分
 プール・マシンスタジオ 午前9時30分～午後9時30分
 浴室・大広間・カラオケルーム 午前9時30分～午後10時30分

■健診等「保健センター」健康課 母子健康係 ☎(56)9132

●4か月児健診

3月18日(月)【平成24年11月生】
4月15日(月)【平成24年12月生】

●10か月児健診

3月1日(金)【平成24年4月生】
4月5日(金)【平成24年5月生】

●1歳6か月児健診

3月8日(金)【平成23年8月生】
4月12日(金)【平成23年9月生】

●3歳児健診

3月11日(月)【平成22年2月生】
4月8日(月)【平成22年3月生】

受付 午後0時30分～1時30分
(4月以降：午後0時30分～1時15分)

●ポリオ

ポリオ予防接種は、医療機関での個別接種になりましたので、集団接種は行いません。

●プレママパパ教室

3月13日(水)【沐浴編】

4月22日(月)【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



場所 栄養相談室

持参するもの 母子健康手帳

午後1時～3時(要予約)

時間 午前10時～正午

として相談に応じます。

3月6日(水) (4月以降は、町の管理栄養士が都合のよい日程を調整

●母と子の栄養相談

持参するもの 母子健康手帳

場所 育児相談室

午後1時～3時(要予約)

時間 午前10時～正午

4月4日(木)・4月9日(火)

3月19日(火)・3月25日(月)

3月6日(水)・3月12日(火)

場所 栄養指導室

時間 午前10時～正午

(要予約)

受付 午前9時40分～50分

4月18日(木)【平成24年11月生】

3月13日(水)【平成24年10月生】

●すくすく離乳食教室

●成人栄養相談

3月25日(月) (4月以降は、町の管理栄養士が都合のよい日程を調整して相談に応じます。)

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

☎(56)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

☎(56)3166

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	1	2	3	4	5	6	
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
31													

▼問い合わせ先＝☎(56)6685

上三川町子育て支援センター

3月行事予定

ベビーサロン

▼日時 3月8日(金)、午前10時

▼対象 1歳までの親子※

▼発育測定・栄養士と語りあふ会

▼日時 3月14日(木)

午前10時～11時30分

キッズサロン

▼日時 3月21日(木)、午前10時

▼対象 1歳以上の親子※

※対象以外の方は午後1時～利用
できません。

▼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

※3月6日(水)午後1時～4時

3月22日(金)午前9時～正午

▼利用料 無料

▼3月12日(火)より、子育て支援
センターに掲示してあるお子さん
の写真を配布しますので、ご来館
ください。

▼問い合わせ先

上三川町子育て支援センター

☎(56)2043

上三川町子育て支援センターの愛称
募集中!!

詳細はセンターや町ホームページでお
知らせいたします。