

# 上三川いきいきプラザ

FAX 0211-0212  
TEL 0211-0211

## ○パンクッキング(初級)

日時 5月2日(金)  
午前10時～午後1時

対象 一般男女(18名)

参加費 1,540円

## ○パンクッキング(中級)

日時 5月7日(水)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(18名)

参加費 1,850円

## ○大人料理教室

日時 4月30日(水)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(24名)

参加費 2,060円

## ○大人料理教室

日時 5月14日(水)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(24名)

参加費 1,030円

## ○お魚料理教室

日時 4月28日(月)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(16名)

参加費 2,370円

## ○紙バンド手芸教室

日時 5月13・27日(火)

※2日間で1作品  
午前10時～午後1時

## ▼対象 一般男女(10名)

参加費 820円(2日分)

## ○スクラップブック

日時 5月15日(木)

午前10時～正午

対象 一般男女(8名)

参加費 1,400円

## ○子どもお菓子教室

日時 4月12日(土)

午前10時～午後0時30分

対象 小・中学生(24名)

参加費 1,030円

## ○キッズキッチン

日時 4月26日(土)

午前10時～午後1時

対象 3才～小学生(15名)

参加費 2,060円

## ○親子お菓子教室

日時 4月19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1,540円

## ○子どもデコ教室

日時 4月19日(土)

午前10時30分～正午

午後1時～2時30分

対象 未就学児(保護者同伴)～中学生(各20名)

参加費 各1,030円

## ○手作り木工教室

日時 4月27日(日)

午前10時～正午

午後1時～3時

対象 3歳(開催日時点)～中学生(小学2年生以下は保護者同伴・各12組)

参加費 各520円

## ○ベビーマッサージ教室

日時 4月8・22日(火)

10:24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1,540円

## ○ベビ योग

日時 4月19日(土)

午前10時30分～11時30分

対象 首すわり～たつち前の親子(10組)

参加費 1組520円

## ○わらわらぽ教室

日時 4月21日(月)

午前10時30分～11時30分

対象 首すわり～歩行前の親子(15組)

参加費 1組520円

### ☆プールから

4月よりタイムスケジュールが一部変更になります。皆様の教室へご参加をお待ちしております。

4月1日(火)は休館日、また30日(水)のスクールは5週目の為休みになります。特別振替え対象日ではありませんので、お間違いのないようお願いいたします。

春の短期水泳開催中です。  
☆浴室から  
今月のイベント風呂は「さくら」の湯です。

## エアロビクススタジオからのお知らせ

### ○4月からのタイムスケジュールが変わりました!

#### <新規レッスン>

◆「STEP II」 水曜日 担当/橋  
これまでの「STEP」の強度を高めたレッスンです。

#### <担当者の変更>

◆「ヨガ」 火曜日 担当/中村(道) → 阿久津  
木曜日 担当/中園 → 佐藤

### ☆受付、ご利用方法

※レッスン開始15分前からマシンスタジオにて受付を開始します。  
※レッスン内容など、詳しくはマシンジムスタジオスタッフまでお問い合わせください。

## 上三川いきいきプラザ 休館日・4月1日(火)・5月1日(木)

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00分	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00分～ 午後 9時30分	午前 10時00分～ 午後 8時30分

## ■乳幼児健診等【保健センター】

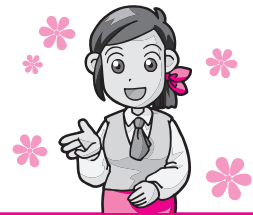
乳幼児健診			
4ヶ月児健診	10ヶ月児健診	1歳6ヶ月児健診	3歳児健診
4月14日(月) 平成25年12月生	4月11日(金) 平成25年5月生	4月18日(金) 平成24年9月生	4月7日(月) 平成23年3月生
5月19日(月) 平成26年1月生	5月9日(金) 平成25年6月生	5月16日(金) 平成24年10月生	5月12日(月) 平成23年4月生
実施時間 実施場所	午後0時30分～(受付:午後0時30分～1時15分) 検診ホール		

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。)	
4月 4日(金)	5月 7日(水)
4月15日(火)	5月14日(水)
4月23日(水)	5月30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

教室 ※要予約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
4月17日(木) 妊娠生活編:妊婦	5月17日(土) 沐浴編:両親	4月10日(木) 平成25年11月生	5月20日(火) 平成25年12月生
実施時間:午前10時～正午 (受付:9時40分～50分) 実施場所:検診ホール		実施時間:午前10時～正午 (受付:9時40分～50分) 実施場所:栄養指導室	

栄養相談 ※要予約	
4月23日(水)	5月14日(水)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	栄養相談室

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132



- ▼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  
『あったかひろば』  
☎(56) 2043
- ▼詳細は、センターや  
町ホームページで  
お知らせしています。



ひなまつり会で、押し寿司を作りました。

- ▼発育測定  
日時〓4月17日(木)午前10時〓11時30分
- ▼ベビーサロン  
日時〓4月8日(火)午前10時  
対象〓1歳までの親子(申し込み不要)
- ▼キッズサロン  
日時〓4月22日(火)午前10時  
対象〓1歳以上の親子(申し込み不要)

### 4月行事予定

## 上三川町子育て支援センター 『あったかひろば』



### 子育て相談～オープン相談～が始まります!

子育てや離乳食に関する疑問、心配ごとなど相談に応じます。事前予約は不要ですので、お気軽におこしください。

#### ▶日時=

	4月9日(水)	5月22日(木)
午前10時～正午	助産師・保健師	助産師・管理栄養士
午後 1時～ 3時	助産師・管理栄養士	助産師・保健師

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132

### 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)

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

▶問い合わせ先=☎(56) 6685