

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 11月5日(水)
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 11月6日(木)
午前10時～午後1時30分
▼対象 一般男女(18名)
▼参加費 1,850円

○大人料理教室

～上三川を食らう～
▼日時 11月12日(水)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(24名)
▼参加費 1,030円

○紙バンド手芸教室

▼日時 11月11・18日(火)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(10名)
▼参加費 1,030円

○スクラップブック

▼日時 11月13日(木)
午前10時～正午
▼対象 一般男女(8名)
▼参加費 1,440円

○特別スクラップブック

▼日時 11月25日(火)
午前10時～正午
▼対象 一般男女(8名)
▼参加費 1,440円

○ごどもお菓子教室

▼日時 11月30日(日)
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 11月29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 11月15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

○ごどもデコ教室

▼日時 10月11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24名)
▼参加費 820円

○ナチュラルキッチン

▼日時 11月25日(火)
午前10時～午後1時
▼対象 一般男女(12名)
▼参加費 2,370円

○手作り木工教室

▼日時 10月26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 520円

○ベビーマッサージ教室

▼日時 10月7・14日(火)
9・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)(各10組)
▼参加費 1組1,540円(オイル代別途)

○ベビヨーガ

▼日時 10月25日(土)
午前10時30分～11時30分
▼対象 首すわり～たっち前の親子(10組)
▼参加費 1組520円



スタジオレッスンの休講について

上三川町事業(スタジオ貸出)のため水曜日のレッスンがいくつか休講になります。

ご理解の程よろしくお願ひいたします。

〈休講レッスン〉

「コアリセット」 午前12時40分～
「ボディバランス」 午後1時20分～

〈期 間〉

10月1日(水)～11月26日(水)

※詳しくはマシンスタッフにお問い合わせください。



☆プールから

10月1日(水)、30日(木)31日(金)のスクールは、お休みになりますので、お間違ひのないようお願いいたします。

スクール生対象に秋休み中、秋季チャレンジ水泳教室を開催いたします。

タイムスケジュールに一部変更がありますので、ご確認ください。

☆浴室から

10月11日(土)～13日(月)のイベント風呂は「ひのき」の湯です。

上三川いきいきプラザ 休館日・10月1日(水)・11月4日(火)

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か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診
10月14日(火) 平成26年6月生	10月3日(金) 平成25年11月生	10月10日(金) 平成25年3月生	10月6日(月) 平成23年9月生
11月17日(月) 平成26年7月生	11月14日(金) 平成25年12月生	11月21日(金) 平成25年4月生	11月10日(月) 平成23年10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。)	
10月 1日(水)	11月 4日(火)
10月 8日(水)	11月13日(木)
10月16日(木)	11月19日(水)
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	
10月2日(木)	11月12日(水)	10月21日(火)	11月18日(火)
妊娠生活編:妊婦	沐浴編:両親	平成26年5月生	平成26年6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	
10月8日(水)	11月13日(木)
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



上三川町子育て支援センター 『あったかひろば』

10月行事予定

ミニ運動会

へびよびよクラス

▼日時 10月2日(木) 午前10時～

▼対象 1 首据わり～ たっちができるお子さんまで

ムッククラス

▼日時 10月3日(金) 午前10時～

▼対象 1 おおむねひとり歩きができるお子さんから

▼定員 各日20組

▼受付 9月8日～定員になり次第受付終了

※運動会両日共に一般利用は、午後1時からになります。

ベビースalon

▼日時 10月7日(火) 午前10時～

▼対象 1 1歳までの親子(申し込み不要)

キッズSalon

▼日時 10月9日(木) 午前10時～

▼対象 1 1歳以上の親子(申し込み不要)

発育測定

▼日時 10月17日(金) 午前10時～11時30分

▼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。

子育て相談～オープン相談～

	10月24日(金)	11月26日(水)
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

子育てや離乳食のことなど、きいてみたいことはありませんか？皆さんのちょっとした疑問にお答えしていきます。お気軽にお話しにきてください。事前予約は不要です。

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132