

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13日(火)
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19日(月)
午前10時～午後1時30分

対象 一般男女(18名)
参加費 1,850円

○ナチュラルキッチン ～卵乳製品不使用～

日時 11月26日(月)
午前10時～午後1時

対象 一般男女(16名)
参加費 2,060円

○紙バンド手芸教室

日時 11月27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15日(木)
午前10時～正午

対象 一般男女(8名)
参加費 1,640円

日時 11月10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 11月24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17日(土)
午前10時～正午

対象 3才以上親子(各12組)
参加費 各1,540円

○こどもテコ教室

日時 12月13日(土)
午前10時30分～正午

対象 未就学児(保護者同伴)～中学生(各24名)
参加費 各820円

○手作り木工教室

日時 12月21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 11月6・13日(火)
15・22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 योग

日時 11月31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

○さくらんぼ教室 ～節分～

日時 11月27日(火)
午前10時30分～12時

対象 1～3歳の親子(25組)
参加費 1,030円

☆プールから

12月29日(月)～1月3日
(土)は休館日となります。特
別振替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。

12月1日(月)は特別振替対
象日です。振替ご希望の方は
11月1日(土)～12月28日



(日)の間にお手続きをお願い
いたします。
12月14日(日)にクリスマス
会を開催いたします。
12月7日(日)より、1月から
のベビースイミングの申し込
みが開始となります。
冬期短期水泳教室が12月26
日(金)～28日(日)及び、1月
4日(日)～6日(火)に開催
されます。
☆浴室から
12月19日(金)～21日(日)の
イベント風呂は「ゆず」の湯
です。

エアロビクススタジオ からのお知らせ

水曜日のレッスンが町の事業のため10月
より変更となっておりますが、今月から
スケジュール通りになります。

◆「コアリセット」
午後0時40分～ 担当/五十嵐

◆「ボディバランス」
午後1時20分～ 担当/前原

※詳しくはマシンスタッフにお問い合わせ
ください。



上三川いきいきプラザ

休館日 12月1日(月)・29日(月)～31日(水)・1月1日(木)～3日(土)

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
12月8日(月) 平成26年8月生	12月5日(金) 平成26年1月生	12月12日(金) 平成25年5月生	12月1日(月) 平成23年11月生
1月19日(月) 平成26年9月生	1月9日(金) 平成26年2月生	1月16日(金) 平成25年6月生	1月13日(火) 平成23年12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。)	
12月 4日(木)	1月 8日(木)
12月11日(木)	1月23日(金)
12月24日(水)	1月28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	
12月13日(土) 妊娠生活編:妊婦	1月24日(土) 沐浴編:両親	12月9日(火) 平成26年7月生	1月22日(木) 平成26年8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	
12月24日(水)	1月28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



上三川町子育て支援センター 『あったかひろば』

12月行事予定

ベビーサロン

▼日時 12月11日(木) 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 12月12日(金) 午前10時～

▼対象 1歳以上の親子(申し込み不要)

発育測定

▼日時 12月16日(火) 午前10時～11時30分

クリスマス会

▼日時 12月19日(金) 午前10時～

▼定員 先着50組 事前申し込み必要

▼受付 12月5日(金)より受付開始

▼【予約】ママの製作教室「牛乳パックのいす作り」全2回

▼日時 第1回 1月8日(木) 午前10時～11時30分

▼日時 第2回 1月29日(木) 午前10時～11時30分

▼定員 15名程度 事前申し込み必要

▼受付 12月15日(日)より受付開始

▼使用するもの 牛乳パック24個(足りない分は支援センターで用意します)、ビニールクロス、両面テープ

▼年末年始 休館のお知らせ

12月27日～1月4日まではお休みになります。

▼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『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おります。



子育て相談～オープン相談～

	12月18日(木)	1月14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