

上三川いきいきプラザ

☎ 0285(57)0211

FAX 0285(57)0212

休館日

12月29日(月)～31日(水)

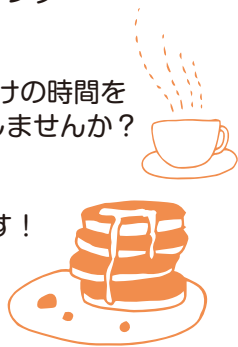
Cafe Di ORIGAMIからのお知らせ

Cafe Di ORIGAMIくつろぎセット開始!

時 間：平日 午後3時～6時、土・日・祝日 終日
内 容：ホットケーキ+ドリンク
値 段：600円(税込み)

一息つく時間、大切な自分だけの時間を
Cafe Di ORIGAMIで過ごしませんか?

ご予約利用も大歓迎!
最大25名までご利用可能です!
貸し切り等でもご利用も
ご相談承ります。
ぜひご利用ください!



料理教室のお知らせ

○キッズキッチン

▶日時=1月18日(日)
午前10時～午後0時30分
▶対象=年少～中学生(20名)
▶参加費=4,000円



○親子お菓子教室

▶日時=1月17日(土)
午前10時～正午
▶対象=満3歳～小学生までの親子(12組)
▶参加費=3,000円



○大人パン教室

▶日時=1月14日(水)
午前10時～午後2時
▶対象=一般男女(12名)
▶参加費=4,500円



○大人料理教室

▶日時=1月28日(水)
午前10時～午後2時
▶対象=一般男女(12名)
▶参加費=4,500円



○上三川を食らう

▶日時=1月21日(水)
午前10時～午後1時
▶対象=一般男女(12名)
▶参加費=2,000円



○冬のアイシングクッキー教室

▶日時=12月26日(金)
①午前9時30分～11時
②午前11時30分～午後1時
▶対象=小学生以上は一人参加可能
(未就学児は保護者同伴)
▶参加費=2,500円



浴室からのお知らせ

・12月10日(水)～11日(木)
「みかん風呂」
【効能】リラックス効果・血行促進・保温効果・
美肌効果・風邪予防効果

・12月15日(月)～17日(水)
「ゲルマニウム風呂」
【効能】脂肪燃焼効果・美肌効果・むくみ改善・
冷え性改善・肩こり・腰痛改善

・12月22日(月)
「ゆず風呂」
【効能】血行促進・保湿・美肌効果・
リラックス効果



※効果・効能につきましては個人差があります。

指定運動療法制度のお知らせ

指定運動療法制度をご存じですか?

指定運動療法制度とは・・・
高血圧・高脂血症・糖尿病等(整形外科的疾患も含む)
の症状改善を目的として医師が発行する運動処方箋
に基づき運動療法を行い、右記条件を満たした場合、
会員会費や施設利用料金などの費用が医療費控除の
対象となる制度です。

【医療費控除の対象となる条件】

①医師等から運動療法処方箋を発行してもらうこと
②概ね週1回以上の頻度で8週間以上継続すること
③概ね4週間に1度の経過観察を受診すること
④指定運動療法施設で行われた運動療法であること
上三川いきいきプラザは厚生労働大臣認定の指定運動
療法施設です。
個別説明会随時受付中。お気軽にご相談ください。