

上三川いきいきプラザ

FAX ☎
(57) (57)
0211
0212

○パンクッキング(初級)

日時 5月8日(月)

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11日(木)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(18名)

参加費 1,850円

○大人お菓子教室

日時 4月26日(水)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(8名)

参加費 3,240円

○大人料理教室

上三川を食らう

日時 5月10日(水)

午前10時～午後1時

対象 一般男女(24名)

参加費 1,030円

○特別大人お菓子教室

日時 5月31日(水)

6月28日(水)

7月11日(火)

午前10時～午後2時

対象 一般男女(8名)

参加費 9,000円(3回分)

○キッズキッチン

日時 5月13日(土)

午前10時～午後1時

対象 3才～小学生(15名)

参加費 2,300円

○こどもお菓子教室

日時 5月28日(日)

午前10時～正午

対象 小・中学生(24名)

参加費 1,030円

○親子お菓子教室

日時 5月21日(日)

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 1,540円

○手作り木工教室

日時 5月28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(各12組)

※小学2年生以下は保護者同伴

参加費 750円

○さくらんぼ教室

親子ビクス

日時 5月15日(月)

午前10時30分～11時30分

対象 1～3歳の親子(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。皆様の教室ご参加をお待ちしております。

4月1日(土)のスクールはお休みとなります。特別振替ではありませので、お間違いのないようお願いいたします。

4月3日(月)は特別振替対象日となります。振替ご希望の方は4月1日(土)～5月31日(水)までにお手続きをお願いいたします。

◎浴室から

4月14日(金)～16日(日)のイベント風呂は「やへう」の湯です。

マシンスタジオからのお知らせ

4月からタイムスケジュールが新しくなります。

◇新レッスン◇

『メディカルフィットネス』

毎週木曜日午前9時40分～10時25分

4月～9月限定

担当：黒崎 【定員】10名 ※事前予約制

・整形外科的疾患を抱えている方で、運動を始めた方やリハビリをしている方におすすめです。

気になる理由をお持ちの方はマシンジム相澤までご相談ください。

◇レッスン変更◇

毎週水曜日午前11時45分～午後0時35分

『POMBA』→『ラテンエアロ』

担当：MASAMI

※詳しくはマシンジム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3日(月)・5月1日(月)

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
4月17日(月)	4月7日(金)	4月14日(金)	4月10日(月)
平成28年12月生	平成28年5月生	平成27年9月生	平成26年3月生
5月15日(月)	5月12日(金)	5月19日(金)	5月8日(月)
平成29年1月生	平成28年6月生	平成27年10月生	平成26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 6日(木)	5月 9日(火)
4月12日(水)	5月17日(水)
4月18日(火)	5月25日(木)
4月27日(木)	5月31日(水)
実施時間 実施場所	午前10時～正午・午後1時～3時 栄養相談室

教 室 ※ 要 予 約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
4月24日(月)	5月27日(土)	4月20日(木)	5月23日(火)
妊娠生活編:妊婦	沐浴編:両親	平成28年11月生	平成28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18日(火)	5月17日(水)
実施時間 実施場所	午前10時～正午・午後1時～3時 育児相談室

栄養面で心配な方は、
健診時に栄養相談を実施しています。
母子健康係までご連絡ください。

▶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』

4月行事予定

発育測定

▼日時 4月7日(金)午前10時～午前11時30分

あったか相談

▼日時 4月14日(金)午前10時～正午

▼対象 自由参加(予約不要)

※保育士、保健師が対応いたします。

ベビースalon

▼日時 4月21日(金)午前10時30分

▼対象 1歳までの親子(申し込み不要)

※4月で満1歳のお子様まで参加できます

キッズSalon

▼日時 4月26日(水)午前10時30分

▼対象 1歳以上の親子(申し込み不要)

※4月で満1歳のお子様から参加できます。

お花見お食事会

▼日時 4月27日(木)午前10時～

▼受付 4月10日より受付開始

▼参加費 300円程度

▼内容 詳細はセンター内にてお知らせします。

▼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います。



去年のお花見お食事会の様子
残念ながら雨のため、作った草もちちは室内でおいしく食べました。

