

上三川いきいきプラザ

上三川いきいきプラザの『夏休み体験プログラム』に参加してみませんか！

①「親子ポーセラーツ教室」

▼日時 7月23日(木)
午前10時～正午

▼対象 小学生と保護者

▼定員 親子12組

▼参加費 親子1組
2,000円

②「わが町を知ろう！上三川町自然探検隊員募集！！(自然と遊び、自然から学ぼう)」

▼日時 7月25日(土)
午前8時30分～

▼対象 町内在住の小学生

▼定員 50名(申込受付順)

▼参加費 無料

③「親子で参加！手作り木工教室」

▼日時 7月26日(日) 午前10時～午前11時

▼対象 幼児と保護者

▼定員 親子20組(申込受付順)

▼参加費 親子1組500円

④「親子エアロ」(第4回 さくらんぼ教室)

楽しい音楽に合わせてエアロピックスを取り入れた親子遊びをしてみませんか！

▼日時 7月27日(月) 午前10時30分～午前11時30分

▼対象 1.5歳～2歳児

▼定員 親子30組(申込受付順)

▼参加費 親子1組
500円(子ども1人増しにつき200円)

⑤「読書感想文の書き方教室(目指せ！感想文コンクール入賞)」

▼日時 8月2日(日) 午前10時～

▼対象 町内在住の小・中学生及び保護者(小学3年生までは保護者同伴)

▼定員 100名(申込受付順)

▼参加費 無料

※申込・問い合わせ先 上三川いきいきプラザ1階事務所に直接お越し下さい。

なお、③は1階事務所と2階児童館まで、④は2階児童館までお越しください。

浴室からのお知らせ

●内風呂が「ラジウム人工温泉」になりました！ミネラル分が皮膚を刺激して発汗作用を促します。

●露天風呂

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

マシンスタジオからのお知らせ

●幼児(年少～年長)を対象とした教室の募集が始まります。

「エアロピクで遊ぼう！」

▼日時 8月6日(木)～(全8回)
午後3時30分～午後4時20分

▼料金 4,000円

▼申込期間 7月7日(火) 午前10時30分～
定員になり次第締め切らせていただきます。

▼申込方法 2階マシンスタジオ受付へ直接お越しください。

●7月からスタジオ教室のスケジュールが増えます！

「らくらく関節体操」(毎週日曜日開催)

骨盤と言われる部分は一箇所だけではないので、その部分をほぐし固まった筋肉や関節を動きやすくします。

▼午前10時30分～午前11時30分 定員30名
※他にも、あと2本レッスンを追加予定です。

▼受付・ご利用方法＝
マシンジム受付に直接お越しください。

●問い合わせ先

上三川いきいきプラザ ☎(57)0211 FAX(57)0212
社会福祉協議会 ☎(56)3166 FAX(56)3164
健診等
健康福祉課 健康増進係 ☎(56)9132 FAX(56)7493
健康福祉課 子育て支援係 ☎(56)9130 FAX(56)7493
保険課 健康診査担当 ☎(56)9129 FAX(56)6868

上三川いきいきプラザカレンダー

(●印は休館日、★印は特別開館日午後5時30分閉館)

	日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	3	4							1	
7月	5	6	7	8	9	10	11		8月	2	★3	4	5	6	7	8
	12	13	14	15	16	17	18	9		★10	11	12	13	14	15	
	19	20	21	22	23	24	25	16		★17	18	19	20	21	22	
	26	27	28	29	30	31		23		★24	25	26	27	28	29	
								30	★31							

開館時間＝
プール・マシンスタジオ 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

プールからのお知らせ

●「着衣泳を学ぼう！」

夏本番！海に川にプールに出かける機会が増えるこの季節、ぜひ体験に参加ください。

▼日時 7月12日(日)
午前10時～正午

▼対象 小学4年生以上の小中学生

▼定員 20名(申込受付順)

▼参加費 500円

●夏季短期水泳教室

▼日程＝
7月20日(月)～23日(木)
7月27日(月)～30日(木)
8月2日(日)～5日(水)

全日とも午前9時～午前9時50分、午前10時～午前10時50分

▼対象 小学1年生～6年生 初心者(バタ足くらいまで)但し、8月2～5日

についてはスイミングスクール生可。▼定員 各20名

▼参加費 各4日
受講2,800円

▼特典 スイミングスクール入会時に短期水泳受講修了証を受付に提示していただく

くと水着と帽子をプレゼント！

※申込み方法 上三川いきいきプラザ1階プール受付に直接お越しください。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

7月25日(土)、26日(日)はイベント風呂を開催。

■健診等【保健センター】

●プレママパパ教室

7月11日(土)【沐浴編】
8月18日(火)【妊娠生活編】
受付 午前9時45分～
(要予約)

時間 午前10時～正午

担当 健康福祉課健康増進係

●4か月児健診

7月13日(月) 【平成21年3月生】
8月17日(月) 【平成21年4月生】

受付 午後1時～1時30分
担当 健康福祉課健康増進係

●10か月児健診

7月3日(金) 【平成20年8月生】
8月7日(金) 【平成20年9月生】

受付 午後1時～1時30分
担当 健康福祉課健康増進係

●1歳6か月児健診

7月10日(金) 【平成19年12月生】
8月21日(金) 【平成20年1月生】

受付 午後1時～1時30分
担当 健康福祉課健康増進係

●3歳児健診

7月6日(月) 【平成18年6月生】
8月3日(月) 【平成18年7月生】

受付 午後1時～1時30分

担当 健康福祉課健康増進係

●ベビーカースクール

7月15日(水)・8月6日(木)
時間 午後1時30分～3時
場所 検診ホール

担当 健康福祉課子育て支援係

●ポリオ

7月17日(金) 【平成20年7月～8月生】
8月28日(金) 【平成20年9月～10月生】

受付 午後1時30分～2時20分
担当 健康福祉課健康増進係

※持ち物(母子健康手帳等)
については、ご通知していただきますので、そちらでご確認ください。



■相談事業

●育児相談

7月2日(木)・7月8日(水)
7月16日(木)・7月28日(火)
8月4日(火)・8月19日(水)
時間 午前10時～正午
午後1時～3時(要予約)

場所 育児相談室

持参するもの 母子健康手帳

担当 健康福祉課健康増進係

●母と子の栄養相談

7月8日(水)・8月4日(火)
時間 午前10時～正午
午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室
持参するもの 母子健康手帳

担当 健康福祉課健康増進係

●成人栄養相談

7月28日(火)・8月31日(月)
時間 午前10時～正午
午後1時～3時(要予約)

場所 栄養相談室

持参するもの 健康手帳

担当 保険課健康診査担当

●心配ごとなんでも相談

日時 毎週水曜日 午前9時～正午(第5水曜日、祝日を除く)

場所 共用相談室
内容 日常生活上生じる心配ごと、困りごとなど
相談員 民生児童委員・人権擁護委員・行政相談委員

担当 社会福祉協議会

■調理実習【栄養指導室】

●すくすく離乳食教室

7月22日(水) 【平成21年2月生】
8月18日(火) 【平成21年3月生】

受付 午前9時40分～50分
時間 午前10時～正午
担当 健康福祉課健康増進係

時間 午前10時～正午
担当 健康福祉課健康増進係

まごころ

〈善意銀行〉(敬称略)

・渡辺サア子 7,468円(第3回)
・大島キミ 雑巾50枚(第1回)

・匿名 3,715円(第11回)
・匿名 1,200円(第2回)

皆さんの、あたたかいご声援ありがとうございます。

上三川北地域福祉センターカレンダー

(旧願成寺児童館) (●印は休館日になります)

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4	1					
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30	31					

▼問い合わせ先 = ☎(56) 6685

■親子リトミック教室

音楽を通じて親子のスキンシップや音楽の力で子供の脳を刺激し、安定した心の成長と発達をさせることが出来ます。

▼対象 1歳児親子、2歳児親子

▼定員 各30組(申込先着順)

▼参加費 3ヶ月(6回) 3,000円

▼申込 上三川いきいきプラザ事務所に直接お越しください。

※日程等の詳細は事務所にお問い合わせください。