

ドミエらむらぎプラザ

フィットネス 会員 募集中!

梅雨の季節となりました。雨の多いこの時期、体力作り、ストレス発散、メタボ対策など、いきいきプラザのプールやマシンを利用してみませんか？

会員は、プール・マシン、浴室さらに教室プログラムが、好きな時間、月に何回でもご利用いただけます。

月会費 一般 6,300円

65歳以上・障がい者 5,040円

詳しくは1階の事務所にお問い合わせください。

※チケットで1回(1つの)利用も可能です。

栄養相談

マシンスタジオで、無料の栄養相談を実施します。健康づくりに欠かせない食生活について、普段気になっていることや疑問に思っていることなど、お気軽にご相談ください。

▼担当＝相野田 まり先生
(栄養士・ヘルシーライフ推進員)

▼日時＝7月25日(土)午前10時～11時30分

「夏休み学習プログラム」

- 上三川町自然探索隊
- 読書感想文の書き方教室

7月末に実施いたします。詳細につきましては広報かみのかわ7月号でお知らせします。



スイミングスクールからお知らせ

4月からスクールが始まり、先月末に1回目の進級テストが行われました。進級ワッペンを付けた子どもたちは益々やる気満々です!

次回進級テストは7月になります。若干名空いているクラスがあります。次のテストは7月になりますので入会される方はお急ぎください。手続きは1階事務所にて受付しております。

プールからの連絡です。

- ①スクールのおたより等はお子様のスクールカードを入れるケースにて配布しています。次回のスクールまでには、空にしてお持ちくださる様ご協力いただいております。
- ②130cm未満または16級以下のお子様については、アームヘルパーを必ず使用することになっております。もうすでに持っている方はそのアームヘルパーを使うことが可能です。持っていない方は、ご購入いただくことになっております。
- ③振替をすることは可能ですが、お電話での空き状況の確認や申し込みは、受付しておりません。直接、プールに申し込みをお願いします。

ベビースイミング受付開始になります。

ベビースイミングスクール7月～9月(全12回コース)の受付が、6月9日(火)午前9時30分より開始となります。

申し込みはプール受付にて行います。

申し込み時に受講料6,000円をお納めいただきますので、よろしくお願ひします。

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

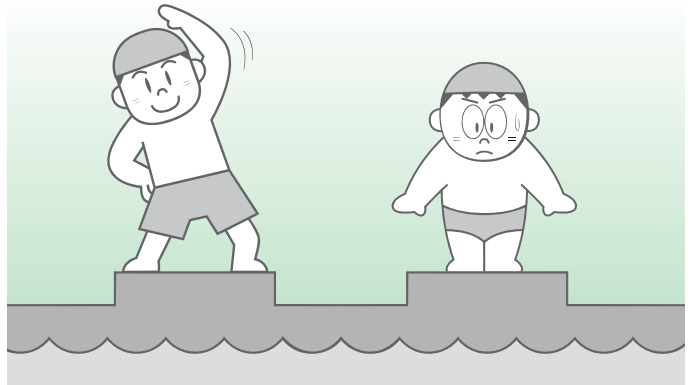
開館時間＝

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



■健診等【保健センター】

●プレママパパ教室

6月20日(土)【妊娠生活編】
7月11日(土)【沐浴編】
受付Ⅱ午前9時45分～
(要予約)

●3歳児健診

6月1日(月)
【平成18年5月生】
7月6日(月)
【平成18年6月生】

時間Ⅱ午前10時～正午

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

●4か月児健診

6月15日(月)
【平成21年2月生】
7月13日(月)
【平成21年3月生】

受付Ⅱ午後1時～1時30分

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

●10か月児健診

6月5日(金)
【平成20年7月生】
7月3日(金)
【平成20年8月生】

受付Ⅱ午後1時～1時30分

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

●1歳6か月児健診

6月12日(金)
【平成19年11月生】
7月10日(金)
【平成19年12月生】

受付Ⅱ午後1時～1時30分

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

受付Ⅱ午後1時～1時30分

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

●ベビーカー

6月10日(水)・7月15日(水)
時間Ⅱ午後1時30分～3時
場所Ⅱ検診ホール

担当Ⅱ健康福祉課子育て支援係

●ポリオ

6月19日(金)
【平成20年11月～12月生】
7月17日(金)
【平成20年7月～8月生】

受付Ⅱ午後1時30分～2時20分

担当Ⅱ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、そちらをご確認ください。



■相談事業

●育児相談

6月2日(火)・6月11日(木)
6月16日(火)・6月24日(水)
7月2日(木)・7月8日(水)
時間Ⅱ午前10時～正午・午後1時～3時(要予約)

場所Ⅱ育児相談室

持参するものⅡ母子健康手帳

担当Ⅱ健康福祉課健康増進係

●成人栄養相談

6月24日(水)・7月28日(火)
時間Ⅱ午前10時～正午・午後1時～3時(要予約)

場所Ⅱ栄養相談室

持参するものⅡ健康手帳

担当Ⅱ保険課健康診査担当

●心配ごとなんでも相談

日時Ⅱ毎週水曜日午前9時～正午(第5水曜日、祝日を除く)

場所Ⅱ共用相談室

内容Ⅱ日常生活上生じる心配ごと、困りごとなど

相談員Ⅱ民生児童委員・人権擁護委員・行政相談委員

担当Ⅱ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

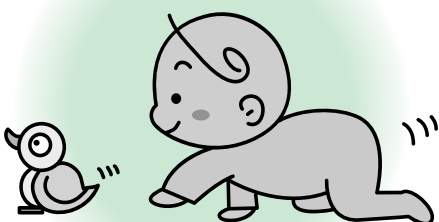
6月23日(火)
【平成21年1月生】
7月22日(水)
【平成21年2月生】

受付Ⅱ午前9時40分～50分

(要予約)

時間Ⅱ午前10時～正午

担当Ⅱ健康福祉課 健康増進係



まごころ

善意銀行(敬称略)

上三川町カラオケ連合会

19,871円(第23回)

ダイヤモンドクラブ

雑巾27枚(第1回)

前原実歌謡教室

53,271円(第15回)

古口商店

10,000円(第1回)

八木邦夫

3,000円(第2回)

匿名 2,000円

皆さんの、あたたかいご声援
さしあげがたいと思います。

上三川北地域福祉センター カレンダー

(●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	5	6	7	5	●6	●7	8	9	10	11
6	7	●8	●9	10	11	12	13	12	12	●13	●14	15	16	17	18
14	15	16	17	18	19	20	21	19	19	20	●21	●22	●23	24	25
21	22	23	24	25	26	27	28	26	27	28	29	30	31		
28	29	●30													

▼問い合わせ先 = ☎(56) 6685