

よ三川いきいきプラザ

TEL 57 0211
FAX 57 0212

○夜の大人 お菓子教室

▼日時 4月18日(水)

午後6時～8時

▼参加費 2、300円

▼対象 一般男女

▼受付 3月10日(土)～

○せっけん教室

▼日時 4月1日(日)

午前10時～正午

▼参加費 1、000円

▼対象 3歳～中学生

(未就学児は保護者同伴)

○パンクッキング(初級)

▼日時 4月13日(金)

午前10時～午後1時

▼参加費 1、500円

○パンクッキング(中級)

▼日時 4月12日(木)

午前10時～午後1時

▼参加費 1、800円

▼受付 3月10日(土)～

○大人料理教室

▼基本のおもてなし料理

▼日時 4月20日(金)

午前10時～午後1時

▼参加費 2、000円

▼受付 3月10日(土)～

○大人デコ教室

▼日時 3月22日(木)

午前10時～11時30分

▼参加費 700円

○手作り木工教室

▼日時 3月25日(日)

午前10時～正午

▼対象 小学3年生以上

(2年生以下は保護者同伴)

▼参加費 500円

○子どもデコ教室

▼日時 4月14日(土)

午前10時～11時30分、
午後1時～2時30分

▼対象 小・中学生(20名)

▼参加費 600円

○バスボム教室

▼日時 3月25日(日)

午前10時～11時30分

▼対象 3歳～中学生

(未就学児は保護者同伴)

▼参加費 500円

○子どもお菓子教室

▼日時 4月14日(土)

午前10時～午後0時30分

▼対象 小・中学生(24名)

▼参加費 1、000円

○親子お菓子教室

▼日時 4月21日(土)

午前10時～正午

午後1時30分～3時30分

▼対象 3才以上親子(12組)

▼参加費 1、500円

○キッズキッチン

▼日時 4月28日(土)

午前10時～午後1時

▼対象 3歳～小学生

▼参加費 2、000円

▼受付 3月3日(土)～

○ベビーマッサージ教室

▼日時 3月13・27日(火)

3月8・22日(木)

午前10時～正午

▼対象 ①(火)2～6ヶ月の親子、
②(木)6ヶ月～1歳の親子

◎さくらんぼ教室(0歳児ピクニック)

▼日時 3月19日(月)

午前10時30分～11時30分

▼対象 2ヶ月～1歳の親子

(歩行の確立がされていない
こと)

▼参加費 1組500円

▼受付 3月6日(火)～

※バスツアーを除く4月開催
の教室・イベントの申し込み
は、受付開始日当日に限り、
申込み用紙は兄弟を除き、お
1人1枚とさせていただきます。

☆プールから

3月29日(木)・30日(金)・
31日(土) スクールは休みと
なります。振替対象外ですの
で、お間違えのないようお願い
いたします。4月から新1年生
で、クラス変更手続きがお済
でない方は、13日(火)まで
に1階事務所までお越しくだ
さい。

☆浴室から

只今着工中のサウナ工事は
3月31日(土)を終了予定と
してあります。天候の関係など
で多少前後する場合がございます。
皆様にはご迷惑をお掛け
しますが、ご理解の程宜し
くお願い致します。

エアロビクススタジオ教室

○第5回特別レッスンのお知らせ

「がんばれ東北」イベントとして、特別レッスンを実施しています。レッスン料の一部を社会福祉協議会を通じて寄付致します。

▼日時・定員=3月18日(日)

『フィットネスフラ』午後5時～6時(25名)

『ZUMBA』午後6時20分～7時20分(30名)

▼対象=初心者～

▼場所=2階マシンスタジオ

▼料金=500円(2レッスンはプラス100円)

▼申込=マシンスタジオにて事前予約

○体操・ヒップホップ教室のお知らせ

『幼児体操教室』(年中～年長)

『小学生体操教室』(小学1～3年生)

『幼児ヒップホップ教室』(満5歳～年長)

▼参加費=3、780円(年48回)

▼受付=1階事務所で受付中

※教室の時間等、詳しくはお問い合わせください。

上三川いきいきプラザカレンダー

(●印は休館日)

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

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】

健康課 母子健康係 ☎9132

●4か月児健診

3月19日(月) 【平成23年11月生】
4月16日(月) 【平成23年12月生】

●10か月児健診

3月2日(金) 【平成23年4月生】
4月6日(金) 【平成23年5月生】

●1歳6か月児健診

3月9日(金) 【平成22年8月生】
4月13日(金) 【平成22年9月生】

●3歳児健診

3月12日(月) 【平成21年2月生】
4月9日(月) 【平成21年3月生】

●ポリオ

3月16日(金) 【平成23年7・8月生】
4月20日(金) 【平成23年4・5・6月生】

受付 午後1時～2時20分
※持ち物(母子健康手帳等) については、「ご通知してきますので」ご確認ください。



●プレママパパ教室

3月13日(火) 【沐浴編】
4月24日(火) 【妊娠生活編】
受付 午前9時40分～50分
(要予約)

●すくすく離乳食教室

3月13日(火) 【平成23年10月生】
4月17日(火) 【平成23年11月生】
受付 午前9時40分～50分
(要予約)

●育児相談

時間 午前10時～正午
場所 栄養指導室
3月8日(木)・3月14日(水)
3月21日(水)・3月26日(月)
4月4日(水)・4月10日(火)
時間 午前10時～正午・
午後1時～3時 (要予約)

●母と子の栄養相談

場所 育児相談室
持参するもの 母子健康手帳
3月8日(木)・4月4日(水)
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

●成人栄養相談

3月26日(月)・4月27日(金)
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(ある方のみ)

担当 健康課 成人健康係

☎9133

●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

☎3166

●ベビーサークル

1歳未満の赤ちゃん親子を対象とした、仲間づくりのサークルです。
3月22日(木)
時間 午後1時30分～午後3時
場所 検診ホール
担当 福祉課 児童福祉係

☎9130

こころの相談

こころの悩みで困っている方、一人で悩まずご相談ください。カウンセラーが1時間かけて、じっくりお話をうかがいます。相談は無料です。
日時 3月18日(日) 午後1時30分～4時30分

4月24日(火) 午前9時～正午
場所 共用相談室
その他 予約制(必ず事前予約をしてください)

予約・問い合わせ先 福祉課 福祉人権係

☎9128
☎6688
FAX 6688

上三川北地域福祉センター カレンダー

開館時間 = 午前8時30分～正午、午後1時～5時
(●は休館日になります)

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

▼問い合わせ先 = ☎6685