

上三川いきいきプラザ

FAX 0211-0212
TEL 0211-0211

夜の大人お菓子教室

▼日時 12月18日(水)
午後6時～8時

▼対象 一般男女(12名)

▼参加費 2,300円

パンクッキング(初級)

▼日時 12月4日(水)

▼対象 一般男女(24名)

▼参加費 1,500円

パンクッキング(中級)

▼日時 12月6日(金)

▼対象 一般男女(24名)

▼参加費 1,800円

大人料理教室

▼日時 12月11日(水)

▼対象 一般男女(24名)

▼参加費 2,000円

紙バンド手芸教室

▼日時 12月10日(火)

▼対象 一般男女(10名)

▼参加費 700円

スクラップブックング

▼日時 12月19日(木)

▼対象 一般男女(8名)

▼参加費 1,800円

子どもお菓子教室

▼日時 12月7日(土)

▼対象 小・中学生(24名)

▼参加費 1,000円

キッズキッチン

▼日時 12月22日(日)

▼対象 3才～小学生(20名)

▼参加費 2,000円

親子お菓子教室

▼日時 12月21日(土)

▼対象 3才以上親子(各12組)

▼参加費 各1,500円

ベビーヨガ

▼日時 11月30日(土)

▼対象 2ヶ月～6ヶ月の親子(火)

▼参加費 1回1,500円

さくらんぼ教室

▼日時 11月18日(月)

▼対象 2ヶ月～1歳位の親子(15組)

▼参加費 1組500円

0歳児親子ビクス

▼日時 12月14日(土)

▼対象 小・中学生(各11名)

▼参加費 各1,000円

手作り木工教室

▼日時 12月22日(日)

▼対象 年中～中学生(2年生)

▼参加費 各500円

ベビーマッサージ教室

▼日時 12月10・17日(火)

▼対象 2～6ヶ月の親子(火)

▼参加費 1回1,500円

さくらんぼ教室

▼日時 11月30日(土)

▼対象 2ヶ月～1歳の親子(各10組)

▼参加費 1回1,500円

0歳児親子ビクス

▼日時 11月18日(月)

▼対象 2ヶ月～1歳位の親子(15組)

▼参加費 1組500円

ベビーヨガ

▼日時 11月30日(土)

▼対象 2ヶ月～6ヶ月の親子(火)

▼参加費 1回1,500円

さくらんぼ教室

▼日時 11月18日(月)

▼対象 2ヶ月～1歳位の親子(15組)

▼参加費 1組500円

0歳児親子ビクス

▼日時 12月14日(土)

▼対象 小・中学生(各11名)

▼参加費 各1,000円

☆プールから

11月1日(金)・30日(土)のスクールは休みです。特別振替対象日ではありませんので、お間違えのないようお願いいたします。

12月2日(月)は特別振替対象日となります。振替対象の方は11月2日(土)～1月18日(土)の間にお手続きをお願いいたします。詳細は館内POP、又はホームページにてお知らせいたします。

☆浴室から

今月のイベント風呂は「みかん」の湯です。

マシン・エアロビクススタジオからのお知らせ

○タイムスケジュールが変わりました!

火曜日

午前10時15分～
「初級エアロビクス」→「エンジョイエアロ」
担当/五月女

水曜日

午前11時40分～
「はじめてSTEP」→「初級エアロビクス」
担当/代田

木曜日

午前10時30分～
「エンジョイエアロ」→「はじめてSTEP」
担当/橋

〈受付、ご利用方法〉

☆レッスン開始15分前からマシンスタジオにて受付をします。

☆レッスン内容など詳しくは、マシンスタジオスタッフ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 11月1日(金) 12月2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ヶ月児健診	10ヶ月児健診	1歳6ヶ月児健診	3歳児健診
11月18日(月) 平成25年7月生	11月1日(金) 平成24年12月生	11月15日(金) 平成24年4月生	11月11日(月) 平成22年10月生
12月16日(月) 平成25年8月生	12月6日(金) 平成25年1月生	12月13日(金) 平成24年5月生	12月2日(月) 平成22年11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。)	
11月 6日(水)	12月 5日(木)
11月13日(水)	12月11日(水)
11月21日(木)	12月17日(火)
11月25日(月)	12月20日(金)
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

各種教室 ※要予約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
11月5日(火) 沐浴編:両親	12月14日(土) 妊娠生活編:妊婦	11月7日(木) 平成25年6月生	12月12日(木) 平成25年7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 『あつたかひろば』

11月行事予定

キッズサロン

▼日時 11月7日(木)午前10時

▼対象 1歳以上の親子(申し込み不要)

発育測定

▼日時 11月12日(火)午前10時～11時30分

ベビーサロン

▼日時 11月15日(金)午前10時

▼対象 1歳までの親子(申し込み不要)

リサイクルフェア

育児用品・ベビー・幼児衣服類等を再活用しませんか?

▼日時 11月27日(水)午前10時

▼対象 自由参加

▼費用 無料

▼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

※11月5日(火)午前9時～正午

20日(水)午後1時～4時

▼利用料 無料

▼問い合わせ先

子育て支援センター

☎(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。



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(●印は休館日)

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

▶問い合わせ先=☎(56)6685



H25.9月 運動会の様子