

# 上三川いきいきプラザ

FAX 0211-0212  
TEL 0211-0211

## ○パンクッキング(初級)

▼日時 6月6日(金)  
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 6月9日(月)  
午前10時～午後2時  
▼対象 一般男女(18名)  
▼参加費 1,850円

## ○大人料理教室

～おうちで作るタイ料理～  
▼日時 6月18日(水)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(16名)  
▼参加費 2,060円

## ○大人料理教室

～上三川を食らう～  
▼日時 5月14日(水)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(24名)  
▼参加費 1,030円

## ○ナチュラルキッチン

▼日時 5月19日(月)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(16名)  
▼参加費 2,060円

## ○紙バンド手芸教室

▼日時 6月17日(火)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(10名)  
▼参加費 720円

## ○スクラップブック

▼日時 6月19日(木)  
午前10時～正午  
▼対象 一般男女(8名)  
▼参加費 1,400円

## ○こどもお菓子教室

▼日時 5月10日(土)  
午前10時～午後0時30分  
▼対象 小・中学生(24名)  
▼参加費 1,030円

## ○キッズキッチン

▼日時 5月24日(土)  
午前10時～午後1時  
▼対象 3才～小学生(15名)  
▼参加費 2,060円

## ○親子お菓子教室

▼日時 5月17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(各12組)  
▼参加費 各1,540円

## ○こどもデコ教室

▼日時 5月17日(土)  
午前10時30分～正午  
午後1時～2時30分  
▼対象 未就学児(保護者同伴)～中学生(各24名)  
▼参加費 各820円

## ○手作り木工教室

▼日時 5月25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(小学2年生以下は保護者同伴・各6組)

▼参加費 各1,030円

## ○ベビーマッサージ教室

▼日時 5月13・27日(火)  
15:22日(木)  
午前10時～正午  
▼対象 2～6ヶ月の親子(火コース)、6ヶ月～1歳の親子(木コース)(各10組)  
▼参加費 1回1,540円

## ○ベビ योग

▼日時 5月24日(土)  
午前10時30分～11時30分  
▼対象 首すわり～たっち前の親子(10組)  
▼参加費 1組520円

## ○さくらんぼ教室(親子ピクス)

▼日時 5月19日(月)  
午前10時30分～11時40分  
▼対象 1～3歳の親子(15組)  
▼参加費 1組520円



## ☆プールから

・5月2日(金)・3日(土)のスクールはお休みです。お間違えないようお願いいたします。  
・水中運動会のお申込み受付を、5月11日(日)より開始いたします。詳細は館内POPにてお知らせいたします。みなさまのご参加をお待ちしております。  
☆浴室から  
・今月のイベント風呂は「菖蒲」の湯です。

## エアロビクススタジオからのお知らせ

○5月7日(水)～6月25日(水)間の水曜日は、レッスンに休講と時間の変更があります。ご理解の程よろしくお願いたします。皆様のご参加をお待ちしております。

### <休講>

◆「コアリセット」「ボディバランス」

### <時間変更>

◆「はじめてエアロ」 担当/代田  
午後1時55分～2時45分 → 午後2時5分～2時55分

### ☆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開始します。  
※レッスン内容など、詳しくはマシンジム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 ・5月1日(木) ・6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か月児健診	10か月児健診	1歳6か月児健診	3歳児健診
5月19日(月) 平成26年1月生	5月9日(金) 平成25年6月生	5月16日(金) 平成24年10月生	5月12日(月) 平成23年4月生
6月9日(月) 平成26年2月生	6月6日(金) 平成25年7月生	6月13日(金) 平成24年11月生	6月2日(月) 平成23年5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		

教室 ※要予約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
5月17日(土) 沐浴編:両親	6月22日(日) 妊娠生活編:妊婦	5月20日(火) 平成25年12月生	6月17日(火) 平成26年1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(2階)	

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。)	
5月 7日(水)	6月 3日(火)
5月14日(水)	6月11日(水)
5月30日(金)	6月27日(金)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	育児相談室

栄養相談 ※要予約	
5月14日(水)	6月11日(水)
実施時間	午前10時～正午・午後1時～3時
実施場所	栄養相談室

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132



▼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おります。

▼日時=5月8日(木)午前10時30分  
▼対象=1歳までの親子(申し込み不要)  
ベビーサロン

▼日時=5月9日(金)午前10時30分  
▼対象=1歳以上の親子(申し込み不要)  
キッズサロン

▼日時=5月15日(木)午前10時～11時30分  
発育測定

5月行事予定

上三川町子育て支援センター  
『あったかひろば』



### 子育て相談～オープン相談～

子育てや離乳食のことなど、きいてみたいことはありませんか?皆さんのちょっとした疑問にお答えしていきます。お気軽にお話しにきてください。事前予約は不要です。

▶日時=

	5月22日(木)	6月19日(木)
午前10時～正午	助産師・管理栄養士	助産師・保健師
午後 1時～3時	助産師・保健師	助産師・管理栄養士

▶問い合わせ先=健康課 母子健康係 ☎(56) 9132

### 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	3	1	2	3	4	5	6	7
5	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
月	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=☎(56) 6685