

# 上三川いきいきプラザ

FAX ☎  
 (57) (57)  
 0212 0211

## ○パンクッキング(初級)

▼日時 9月2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 9月8日(木)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(18名)

▼参加費 1,850円

## ○大人料理教室

～おもてなし～

▼日時 9月12日(月)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(16名)

▼参加費 2,700円

## ○大人料理教室

～上三川を食らう～

▼日時 9月7日(水)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(24名)

▼参加費 1,030円

## ○キッズキッチン

▼日時 9月24日(土)

午前10時～午後1時

▼対象 3才～小学生(15名)

▼参加費 2,300円

## ○こどもお菓子教室

▼日時 9月25日(日)

午前10時～正午

▼対象 小・中学生(24名)

▼参加費 1,030円

## ○親子お菓子教室

▼日時 9月17日(土)

午前10時～正午

午後1時半～3時半

▼対象 3才以上親子(各12組)

▼参加費 1,540円

## ○紙バンド手芸教室(中級)

▼日時 9月6・27日(火)

午前10時～午後1時

▼対象 一般男女(10名)

▼参加費 1,080円(2回分)

## ○スクラップブック

▼日時 9月29日(木)

午前10時～正午

▼対象 一般男女(8名)

▼参加費 各1,440円

## ○手作り木工教室

▼日時 9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(各12組)

※小学2年生以下は保護者同伴

▼参加費 520円

## ○さくらんぼ教室

～0歳児ビクス～

▼日時 9月12日(月)

午前10時30分～11時30分

▼対象 2ヶ月～1歳の親子(15組)

▼参加費 1組520円

## ◎プールから

・8月1日(月)、9日(火)、10日(水)のスクールはお休みとなりますので、お間違いないようお願いいたします。

## ◎浴室から

・8月19日(金)～21日(日)のイベント風呂は「レモン」の湯です。



## エアロスタジオ からのお知らせ

### ◆新レッスン(8月よりスタート)

MOSSA GROUP POWER(モッサ グループ パワー)

〈レッスン時間〉

日曜日 午後1時15分～2時00分

〈レッスン内容〉

バーベルを用いたグループエクササイズで、音楽に合わせてトレーニングを行ないます。筋力、骨密度、代謝、可動域の上昇に効果的です。



※詳しくはマシンスタジオまでお問い合わせ下さい。



## 上三川いきいきプラザ 【休館日】・8月1日(月)・9月1日(木)

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
8月22日(月)	8月5日(金)	8月19日(金)	8月8日(月)
平成28年4月生	平成27年9月生	平成27年1月生	平成25年7月生
9月12日(月)	9月2日(金)	9月9日(金)	9月5日(月)
平成28年5月生	平成27年10月生	平成27年2月生	平成25年8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。)	
8月 2日(火)	9月 6日(火)
8月 4日(木)	9月13日(火)
8月10日(水)	9月21日(水)
8月30日(火)	9月29日(木)
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

教室 ※要予約			
プレママ・パパ教室		すくすく離乳食教室	
8月9日(火)	9月10日(土)	8月10日(水)	9月14日(水)
妊娠生活編:妊婦	沐浴編:両親	平成28年3月生	平成28年4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	

栄養相談 ※要予約	
8月 4日(木)	9月13日(火)
実施時間 実施場所	午前10時～正午・午後1時～3時 栄養相談室

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 『あったかひろば』

### 8月行事予定

#### プール遊び

▼日時 8月1日～8月10日の月・水・金

午前10時～11時30分

▼対象 自由参加

▼持ち物 バスタオル・水着

(オムツのお子様は水遊び用の紙パンツが必要です)

※天候により中止になる場合があります。

#### 発育測定

▼日時 8月9日(火)午前10時～11時30分

※健康力レンダラーの予定表にあります15日が

変更となっております。

#### あったか相談

▼日時 8月31日(水)午前10時～正午

▼対象 自由参加(予約不要)

※保育士、保健師、管理栄養士が対応いたします。

※8月のベビーサロン・キッズサロンはお休みです。

8月生まれの誕生会は9月のサロンで行います。

▼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』  
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。

☎(56)2043



残り少ない夏!!  
みんなで水あそびをたのしみましょう!