

## マシンジム からのご案内

●こども空手教室 大会結果  
～第36回栃木県Jr空手道選手権大会～

○1・2年生女子組手の部  
4位 おおしま みはる 大嶋 美春

○5・6年生女子組手の部  
敢闘賞 うめもと かほ 梅本 佳歩

入賞おめでとうございます。  
今後も上三川いきいきプラザの空手教室  
の応援をよろしくお願いいたします。

## プール からのご案内

●9月1日(金)、16日(土)  
のスクールはお休みとなり  
ますので、お間違いのない  
ようお願いいたします。

●水中運動会及び10月か  
らのベビースイミングの申  
し込みが開始となります。  
詳細は館内掲示、または  
ホームページにてお知らせ  
いたします。

## 浴室 からのご案内

●9月18日(月)は敬老の日  
の為、65才以上の方は浴  
室が無料となります。

・9月16日(土)～18日(月)  
のイベント風呂は「桃の葉」  
の湯です。

【効能】

- ・あせも
- ・冷え性
- ・湿疹、かぶれ
- ・肌荒れ
- ・殺菌、抗菌作用
- ・日焼け肌の炎症
- ・美肌

### おとなの料理教室

#### ○パンクッキング(初級)

▼日時 10月4日(水)  
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 10月16日(月)  
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 10月19日(木)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般募集(16名)  
▼参加費 3,240円

#### ○大人料理教室 ～上三川を食らう～

▼日時 9月13日(水)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(24名)  
▼参加費 1,030円

#### ○大人お魚料理教室

▼日時 9月25日(月)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(16名)  
▼参加費 3,240円

## 営業時間

○プール・マシン・エアロスタジオ

月～金曜日	土・日・祝日
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

月～金曜日	土・日・祝日
午前 9時30分～ 午後10時00分	午前 9時30分～ 午後 9時30分

○サウナ

月～金曜日	土・日・祝日
午前10時00分～ 午後 9時30分	午前10時00分～ 午後 8時30分

### こどもの教室

#### ○野外キッズキッチン

▼日時 10月21日(土)  
午前10時～午後1時  
▼対象 3才～小学生の親  
子(12組)  
▼参加費 3,000円

#### ○こどもお菓子教室

▼日時 10月29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 10月14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 1,540円

### 児童館イベント

#### ○さくらんぼ教室 ～親子ビクス～

▼日時 10月16日(月)  
午前10時30分～11時30分  
▼対象 1歳～3歳の親子  
(15組)  
▼参加費 1組520円



#### ○0才～2才の親子教室 ～工作&おやつ～

▼日時 10月27日(金)  
午前9時30分～午後0時  
30分  
▼対象 3才以下の親子(20組)  
▼参加費 2,200円

## ■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
9月11日(月)	9月8日(金)	9月15日(金)	9月4日(月)
平成29年5月生	平成28年10月生	平成28年2月生	平成26年8月生
10月16日(月)	10月6日(金)	10月13日(金)	10月10日(火)
平成29年6月生	平成28年11月生	平成28年3月生	平成26年9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。)	
9月7日(木)	10月3日(火)
9月13日(水)	10月11日(水)
9月19日(火)	10月20日(金)
9月28日(木)	10月26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	
9月9日(土)	10月24日(火)	9月22日(金)	10月17日(火)
沐浴編：両親	妊娠生活編：妊婦	平成29年4月生	平成29年5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	
9月19日(火)	10月20日(金)
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』

### 9月行事予定

#### 発育測定

▼日時 9月7日(木)午前10時～11時30分

#### あったか相談

▼日時 9月8日(金)午前10時～正午

▼対象 自由参加(予約不要)

※保育士、管理栄養士が対応いたします。

#### ベビーサロン

▼日時 9月13日(水)午前10時30分

▼対象 1歳までの親子(申し込み不要)

※9月で満1歳のお子様まで参加できます。

※8月生まれのお誕生会も一緒に行います。

※お誕生児は15分前までにお越しください。

#### キッズサロン

▼日時 9月15日(金)午前10時30分

▼対象 1歳以上の親子(申し込み不要)

※9月で満1歳のお子様から参加できます。

※8月生まれのお誕生会も一緒に行います。

※お誕生児は15分前までにお越しください。

▼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いたします。

#### ママの製作教室 ～折り紙でお人形を作ろう～

▼日時 9月21日(木)午前10時～

▼定員 15名 事前申込が必要です。

▼受付 9月4日よりセンターにて受付開始

#### お宝発見！ ～リサイクル品お譲りします～

▼日時 9月29日(金)午前10時～正午

▼対象 自由参加



センターまつりでのお宝発見！の様子  
洋服やおもちゃなど、必要なものを探しましょう！！