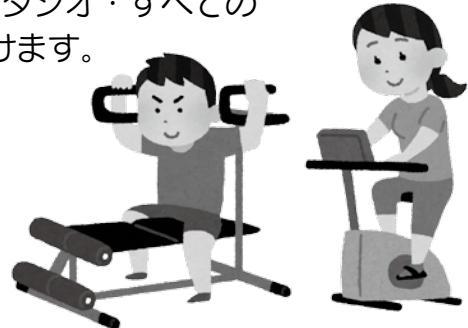


## フィットネス会員募集中

お客様のご都合に合わせて、プール・浴室・マシンスタジオ・すべての教室プログラム(一部除く)が1日何度でも、ご利用頂けます。  
(デイ会員様は月曜から金曜の午後5時まで)

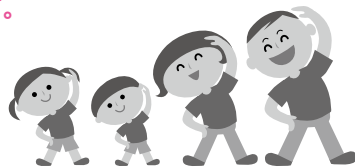
詳しくはお問い合わせください。  
皆様のご入会をお待ちしています。



## ラジオ体操のご案内

- ・開催日：毎週土曜日(休館日を除く)
- ・時間：①午前9時20分～ ②午後1時～
- ・場所：上三川いきいきプラザ 1階ウッドデッキ
- ・参加費：無料

どなたでもご参加いただけます。  
ご参加いただいた方に  
スタンプカード配布中です。  
スタンプを貯めると  
お得な特典が…



## 浴室からのお知らせ

- ・4月16日(土)～18日(月)  
「ローズマリー風呂」  
【効能】 鎮痙作用・抗菌効果・血行促進効果・リフレッシュ効果
- ・4月19日(火)～22日(金)  
「ゲルマニウム風呂」  
【効能】 乾燥肌・肩こり・腰痛・高血圧・ダイエット効果・アンチエイジング



## 料理教室



○大人料理教室  
～上三川を食らう～  
▼日時 5月18日(水)  
午前10時～午後1時  
▼対象 一般男女(12名)  
▼参加費 1,100円

○特別パン&料理教室  
▼日時 5月25日(水)  
午前10時～午後2時  
▼対象 一般男女(12名)  
▼参加費 4,000円

▼参加費 2,500円  
▼対象 3歳以上の親子(各6組)  
▼日時 5月14日(土)  
午前10時～正午  
午後1時30分～3時30分

○親子お菓子教室  
▼日時 5月22日(日)  
午前10時～正午  
▼対象 小学生以上(12名)  
▼参加費 2,400円

○特別キッズスキッチン

## 開館時間・各施設利用時間

	平日	土日祝
開館時間	午前 9時30分～午後10時30分	午前 9時30分～午後 9時30分
プール・マシンジム	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	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
児童館	午前 9時30分～午後 9時30分	午前 9時30分～午後 9時30分

※各施設で定員は異なります。詳しくは各施設までお問い合わせください。  
※状況により、利用制限または時間変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。  
※ご来館の際にはマスクの着用をお願いします。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設の臨時休館又は、イベントを中止することがありますのでご理解願います。

## ■乳幼児健診等【保健センター等】

乳幼児健診				育児相談 ※要予約	
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	妊産婦・乳幼児とその保護者 (母子手帳をお持ちください。)	
4月18日(月)	4月19日(火)	4月12日(火)	4月11日(月)	4月 8日(金)	5月13日(金)
令和3年12月生	令和3年6月生	令和2年9月生	平成31年3月生	4月14日(木)	5月19日(木)
5月16日(月)	5月17日(火)	5月10日(火)	5月 9日(月)	4月21日(木)	5月24日(火)
令和4年1月生	令和3年7月生	令和2年10月生	平成31年4月生	4月26日(火)	5月30日(月)
実施時間	午後0時30分～(受付:午後0時30分～1時15分)			実施時間 午前10時～正午・午後1時～2時55分	
実施場所	検診ホール ※状況により変更することがあります。			実施場所 子育て支援センター	

教室 ※要予約			親子の栄養相談 ※要予約	
プレママ・パパ教室	産後ママ応援教室	すくすく離乳食教室	4月14日(木)	5月13日(金)
4月13日(水)	4月22日(金)	4月21日(木)	実施時間 午前10時～正午 午後1時～2時55分	実施場所 子育て支援センター
5月14日(土)	令和4年1月生	令和3年11月生		
実施時間:午前9時30分 ～11時30分 (受付:9時15分～25分) 実施場所:検診ホール	5月23日(月)	5月19日(木)	※ 育児相談と栄養相談は、 当面の間、子育て支援 センターで開催します。	
	令和4年2月生	令和3年12月生		
	実施時間:午前10時～11時 (受付:9時40分～50分) 実施場所:いきいきプラザ 大会議室	実施時間:午前9時55分 ～11時15分 (受付:9時40分～50分) 実施場所:栄養指導室		

▼問い合わせ先＝子ども家庭課 母子健康係 ☎56 9132

## 上三川町子育て支援センター

### 4月行事予定

#### 発育測定

▼日時＝開館時間内に、随時行います。  
(正午～午後1時を除く)

※測定のみ希望の場合は、利用予約は必要ありません。

#### ベビーサロン(事前申し込みが必要)

▼日時＝4月27日(水) 午前10時40分～

▼対象＝11か月までのお子様と保護者

#### キッズサロン(事前申し込みが必要)

▼日時＝4月26日(火) 午前10時40分～

▼対象＝1歳以上のお子様と保護者

※各回8組定員

(新型コロナウイルス感染拡大の状況により、定員数に変更となる場合があります。)

※4月12日(火)より、センター内、または電話にて受付中。

▼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

▼利用できる方＝町内に住所がある0歳～未就学児とその保護者

▼利用料＝無料

▼問い合わせ先＝子育て支援センター ☎56 2043



【キッズサロンの様子】ママと一緒に製作をしています。

『あったかひろば』