

■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。)	
11月13日(月)	11月14日(火)	11月7日(火)	11月6日(月)	11月 1日(水)	12月 1日(金)
令和5年7月生	令和5年1月生	令和4年4月生	令和2年10月生	11月 9日(木)	12月 8日(金)
12月11日(月)	12月12日(火)	12月5日(火)	12月4日(月)	11月16日(木)	12月15日(金)
令和5年8月生	令和5年2月生	令和4年5月生	令和2年11月生	11月24日(金)	12月22日(金)
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30分～2時45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	11月24日(金) 12月22日(金)		
11月26日(日)	11月8日(水)	11月17日(金)	実施時間	午前10時～正午 午後1時30分～2時45分	
12月13日(水)	令和5年8月生	令和5年6月生			
実施時間: 午前9時30分～11時15分 (受付:9時15分～25分)	12月6日(水)	12月15日(金)	実施場所	子育て支援センター	
	令和5年9月生	令和5年7月生			
実施場所:検診ホール	実施時間:午前10時～11時 (受付:9時40分～50分)	実施時間:午前9時55分～11時15分 (受付:9時40分～50分)	※育児相談と栄養相談は、 当面的間、子育て支援 センターで開催します。		
	実施場所:いきいきプラザ大会議室	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 ☎9 1 3 2

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

発育測定
▼日時＝開館時間に、随時行います。
(午前11時45分～午後1時を除く)
※測定のみ希望の場合、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＝11月21日(火)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＝11月22日(水)午前10時40分
▼対象＝1歳以上のお子様と保護者

※各回10組定員
※11月7日(火)より、センター内または電話にて受付開始
※11月21日(火)・22日(水)の午前中は、ベビー・キッズサロンのため、予約のない方の利用は午前9時から午前10時30分までとなります。



【ベビーサロン・キッズサロンの様子】
親子で運動会!!元気いっぱい楽しみました。

▼開館日＝月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
▼時間＝午前9時～11時45分・午後1時～4時
▼利用できる方＝町内に住所のある0歳から未就学のお子様とその保護者
▼利用料＝無料

▼問い合わせ先＝子育て支援センター ☎2043

上三川いきいきプラザ

☎0211 870211 休館日 11月29日(水)～30日(木)
FAX 0212 870212

上三川いきいきプラザは厚生労働省より
「指定運動療法施設」の認定を受けました。

●指定運動療法施設とは
厚生労働大臣認定健康増進施設のうち、一定の条件を満たす施設は指定運動療法施設とされ、医師の指示に従って運動療法を行った場合にかかった利用料金(月会費)・運動療法料金が医療費控除の対象となります。詳しくは上三川いきいきプラザまで。

Cafe Di ORIGAMI

お飲み物メニュー

農薬や化学肥料を使わない有機栽培によって生産された
コーヒー豆を使用しています。

- ★有機ドリップコーヒー(HOT・ICE) R/350円・L/400円
- カフェラテ(HOT・ICE) R/450円・L/500円
- カフェモカ(HOT・ICE) R/500円・L/550円
- キャラメルラテ(HOT・ICE) R/500円・L/550円
- まっちゃラテ(HOT・ICE) R/500円・L/550円
- ★アールグレイティー(HOT・ICE) R/400円・L/450円
- ロイヤルミルクティー(HOT・ICE) R/450円・L/500円
- ★オレンジジュース R/300円・L/350円
- ★リンゴジュース R/300円・L/350円
- ORIGAMI自家製レモネード 400円
- マロンラテ 600円
- チャイティー 400円

R:レギュラーサイズ L:ラージサイズ

★ドリンク2杯目半額

※税込み価格となります。

お食事メニュー

【Plate】

- ハンバーグ
- タコライス
- ハーブチキン
- チキン南蛮

各950円

【Sweets】

- スフレパンケーキ 510円
- スフレパンケーキ(チョコレート) 560円
- アメリカンワッフル 450円
- ガトーショコラ 550円
- りんごのタルト 550円

フードメニュー+お好きなドリンク
合計金額より100円引き

※イラストはイメージです。 ※税込み価格となります。

プールからのお知らせ

スクール生限定 水泳個別レッスン

スィミングコーチ 指名制

期日: 11月6日(月)～10日(金)
時間: 午後4時～午後5時・午後6時～各50分
申込: プール受付(希望日の3日前まで)
料金: 5,000円
※定員になり次第、締切させていただきます。

浴室からのお知らせ

- 11月11日(土)～13日(月)「りんご風呂」
【効能】
疲労回復、リラクセス効果、美肌効果
冷え性改善、新陳代謝の促進効果
- 11月20日(月)～23日(木)「ゲルマニウム風呂」
【効能】
肩こり・腰痛・高血圧・アンチエイジング効果



料理教室

○キッズキッチン
▼日時＝12月17日(日)
▼午前10時～午後1時
▼対象＝満3歳～小学生(12名)

参加費＝3,400円

○親子お菓子教室
▼日時＝12月24日(日)
▼午前10時～正午
▼対象＝3歳以上の親子(12組)

参加費＝3,500円

○大人パン教室
▼日時＝12月4日(月)
▼午前10時～午後2時
▼対象＝一般男女(12名)

参加費＝4,800円